

# HABITER AUTREMENT

Alternative Housing and Living



[www.habiter-autrement.org](http://www.habiter-autrement.org)

Portail des Habitats et Modes de Vie Alternatifs  
des réalisations innovantes, inspirantes  
dans les marges



Tendances

Habitat Collectif Historique

Par pays

Quelles alternatives ?

Utopies • Co-housing-Coop  
Eco-village • Ecoquartiers  
Mobile • Minimaliste  
Sur l'eau • Abris  
Habitat sexué • Squat  
Ecodesign  
Autres



Trouver  
des projets

Tourisme • Campings • Hôtels  
Homes • Intergénérationnel  
Colloque 2000 Habiter-Autrement  
Sépultures - Dernière demeure

Nouveautés  
News  
30-04-2023

[Notre Blog](#)

Comment ?

Architecture • Energies  
Construction • Végétal  
Politique • Législation  
Acteurs  
Bibliographie



Vidéos  
Keywords

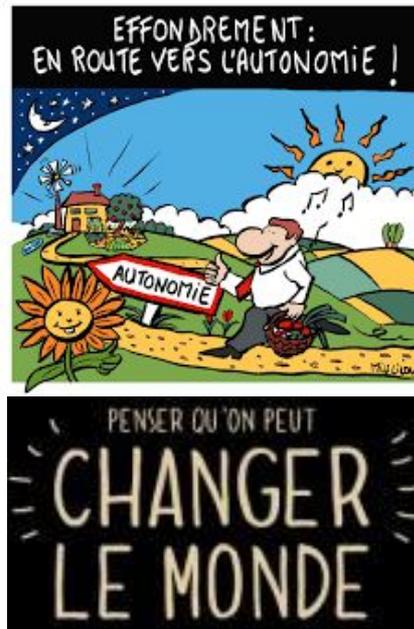
Nord-Sud  
Ecovillages en Afrique

Sites cool  
Education

Vive la consommation  
collaborative

ireyam (at) gmail.com > [Mes projets](#)  
recherche partenaires, correspondants par pays  
**HELP - SOS: donate - Faites un don svp**

# Autonomie énergétique Autonomie alimentaire



Plus d'informations sur [Habiter-Autrement](#)

Rubriques : [Energie](#) [Construction](#) [Ecovillages](#)

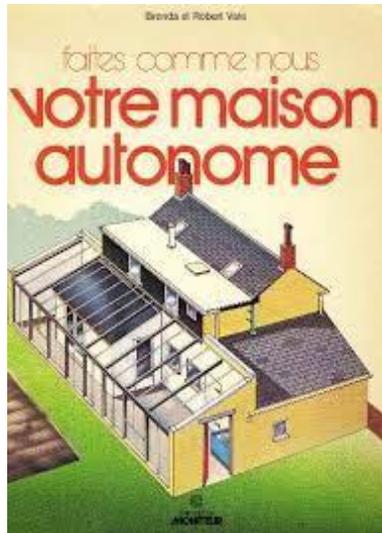


# Vers plus d'autonomie énergétique et alimentaire

## *Maison autonome ou autosuffisante*

Vivre en autonomie énergétique,  
alimentaire, jardinage alternatif ... décroissance

<https://dcroissance.blog4ever.com/>



HYDROPONIE



SERRE EN VERRE



SERRE POUR BALCON

# Maisons autonomes

Une maison autonome est énergétiquement indépendante.  
Elle n'est pas raccordée au réseau de distribution d'eau et aux égouts

## > Trois maisons autonomes en Suisse

... autarciques ou sobres en énergie

... non connectées aux réseaux d'eau et d'énergie

... à Murist, à Delémont, à Zürich - [Lien](#)

## > Micro maison autonome "KREIS-Haus" à Feldbach

(Suisse-Zürich) *Maisons écologiques: la technologie accélère, mais la législation freine!* [Lien](#) <https://youtu.be/fRiLb7jov24> - 1:67

## > Tout quitter pour vivre en autosuffisance

<https://youtu.be/WEkPJdRyHI> - 3:03

> Une maison autarcique Châtillon <https://youtu.be/q3fXFFxIYHY> - 18:16



### DÉPERDITION DE CHALEUR

Une maison de construction traditionnelle peut perdre une quantité considérable de chaleur par le toit, les portes, les fenêtres, le blancher et les murs extérieurs. En associant les méthodes illustrées ici, vous pourrez économiser près des deux tiers de votre consommation d'énergie annuelle.

Les volets doivent être isolés : vous les fermez la nuit et par mauvais temps.

Fenêtres à triple vitrage.

Utilisez un isolant d'au moins 4 cm d'épaisseur pour vos parois creuses.

Dans une construction récente, isolez le fondement autant que possible.

Filtrez et rincez les eaux grises pour arroser le jardin et pour les toilettes.

Un petit porche fait office de sas pour empêcher les déperditions de chaleur lorsque vous entrez ou sortez de la maison.

La chaleur de l'air et du soleil permet de réchauffer les eaux grises à un jardin d'hiver exposé au sud.

Placez 23 cm d'isolant entre les solives du toit.

Les chauffe-eau solaires sont un moyen simple et efficace d'alimenter le système d'eau chaude.

Bordez les arêtes du toit avec un adhésif aluminé pour conserver la chaleur et protéger de l'humidité.

Utilisez un isolant en laine de verre ou minérale ou encore de laine traitée d'un moins 7,5 cm pour isoler les espaces entre les chevrons.

Utilisez le même appareil pour cuisiner, chauffer l'eau et faire fonctionner le chauffage central.

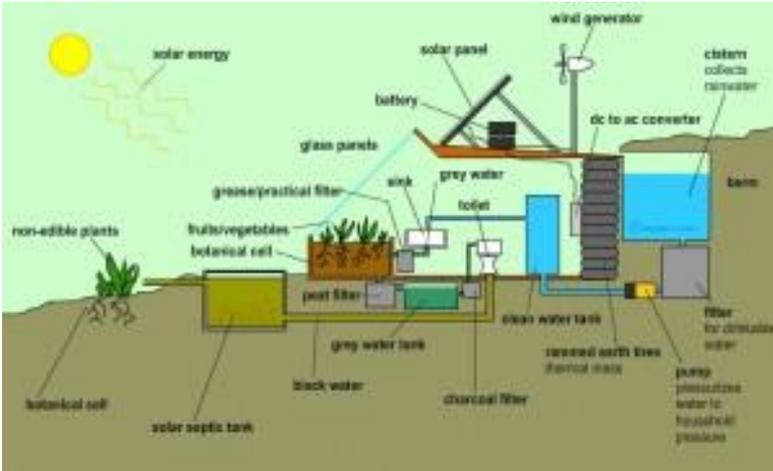
# Maisons autonomes

Habitons demain : une maison autonome et suffisante

Il est possible de construire une maison capable de fournir sa propre électricité, son eau potable et affichant un excellent confort thermique, tout en améliorant la qualité de vie de ses habitants. [Leroy Merlin](#)

Maison-serre  
Eklund - Suède

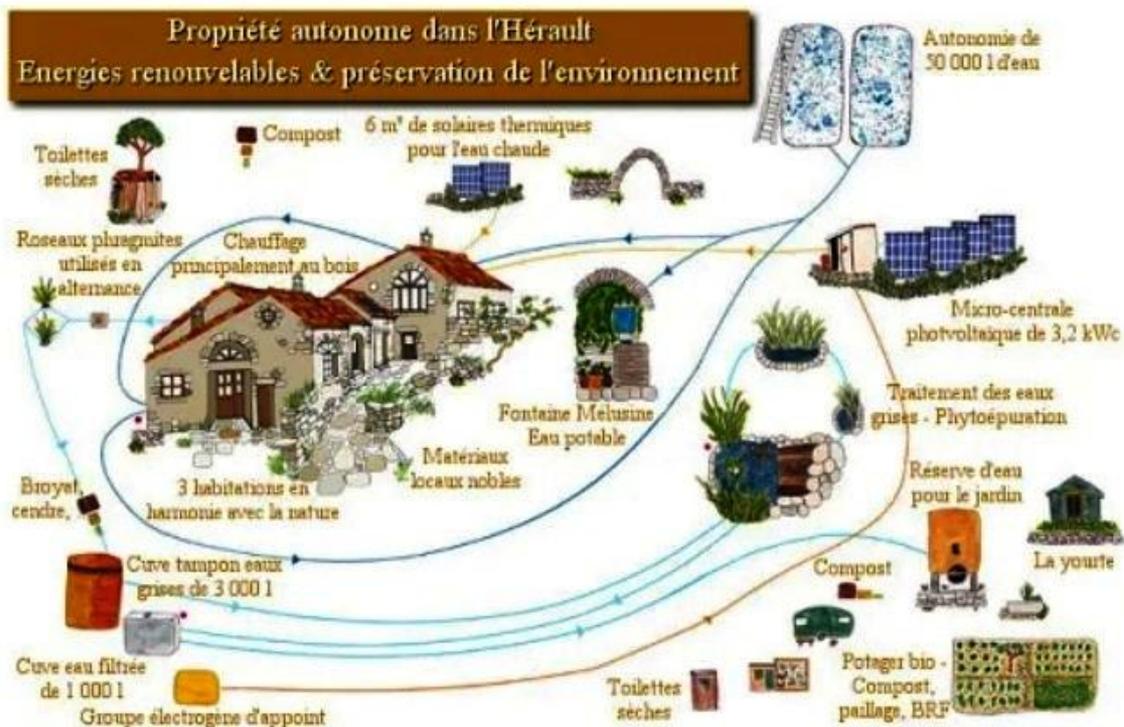
Maison-serre bio-  
écologique  
autonome belge  
à Rekem



# Guide pour vivre en autosuffisance - Un projet familial

Tout quitter pour vivre en autosuffisance

<https://youtu.be/WEkPJdRyHI> - 3:03



## Maison autonome



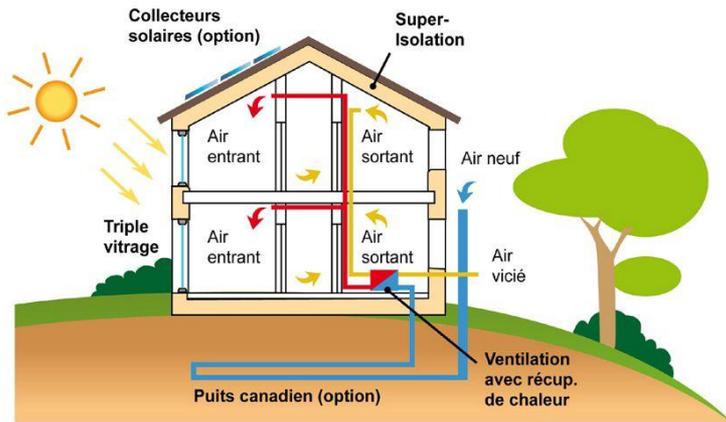
Certaines personnes adoptent un nouveau mode de vie tourné vers l'autosuffisance afin de retourner aux sources.

- > L'autofinancement
- > L'autonomie énergétique
- > L'autosuffisance alimentaire
- > L'auto Médicalisation
- > L'autosuffisance des produits d'hygiène

<https://leblogduherisson.com/guide-rapide-pour-vivre-en-autosuffisance/>



## Schéma d'une maison passive



> **Maison passive:** très faible consommation d'énergie, production d'énergie (photovoltaïque)

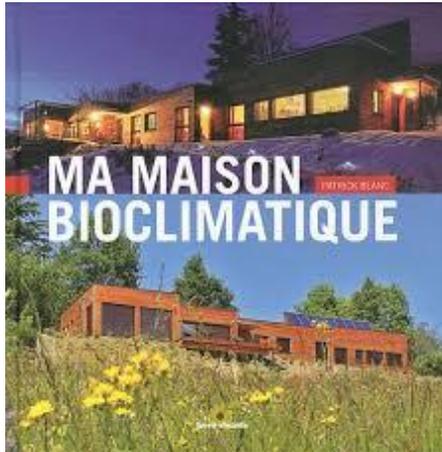
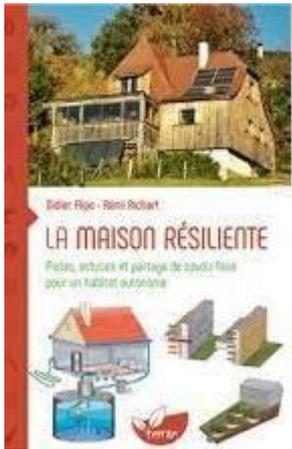
> **Maison bioclimatique** qui prend en compte la trajectoire du soleil et les vents dominants.

> **Maison écologique saine:** qui exclut les produits chimiques, les ondes (diminution de l'électrosmog) ...

> **Maison écorésiliente:** économe, écologique et saine qui à terme pourra devenir autonome

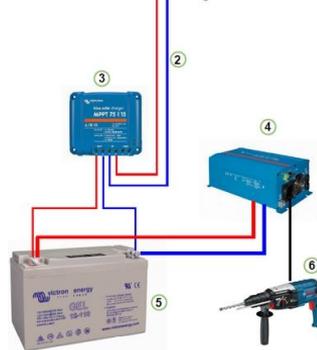
L'autosuffisance énergétique d'un bâtiment passe par une bonne isolation:

*... par exemple en utilisant de l'ouate de cellulose, de la laine de bois, du liège, de la paille, de la laine de mouton, du chanvre, des laines minérales*





<https://eolienneshop.com/collections/eolienne-verticale/products/eolienne-arbre-particulier>



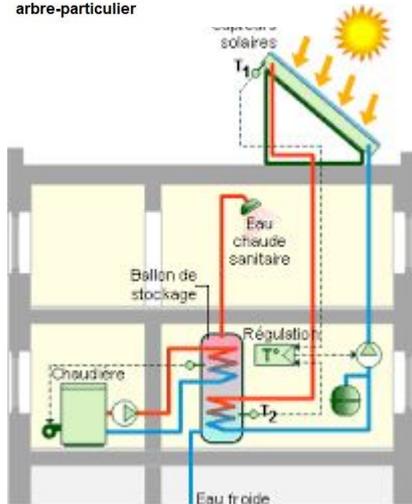
Le chauffage, l'eau chaude sanitaire et la cuisson représentent 80 % des besoins énergétiques d'un foyer

## Produire de l'électricité

- > éoliennes domestiques,
- > panneaux solaires photovoltaïques
- > micro-turbines
- > chaudière à micro-cogénération

## Produire de l'eau chaude

Chauffe eau solaire ou solaire thermique: caisson vitré au sud et isolé sur les autres faces, circulation de l'eau dans un tuyau noir ou un radiateur peint en noir, qui va capter au maximum la chaleur produite.



**Vivre en autarcie par Marc Muller** - pas de connexion au réseau électrique, ni au réseau d'eau. Nourriture, énergie, mobilité, chaleur, eau potable ... tout provient du ciel et du soleil !

<https://youtu.be/g3fXFFxIYHY> - 18:16



Tip #5  
<https://youtu.be/g3fXFFxIYHY>  
 Rocket Stove



## Se chauffer autrement

- > Le poêle de masse
- > Le rocket-stove
- > Se chauffer avec nos déchets
- > Un méthaniseur domestique - Biogaz
- > Réacteur Jean Pain
- > Le puits canadien

...

### La maison passive : une maison sans chauffage

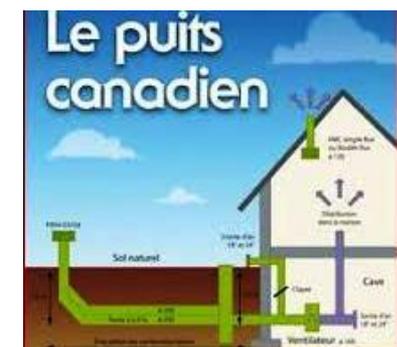
- Conception Bioclimatique - Isolation renforcée sans ponts thermiques - étanche à l'air, ventilation efficace à double flux ...

<https://www.facebook.com/watch/?v=487838212918927> - 3:19

**Les digesteurs à biogaz** - L'eau chaude nécessaire au chauffage peut être produite par une chaudière équipée d'un brûleur mixte gaz/biogaz brûlant une partie du biogaz <https://youtu.be/e3D9uotfVdE> - 1:49

### Chauffage à base de canettes

<https://youtu.be/fA-YZCKmj8w> - 3:19

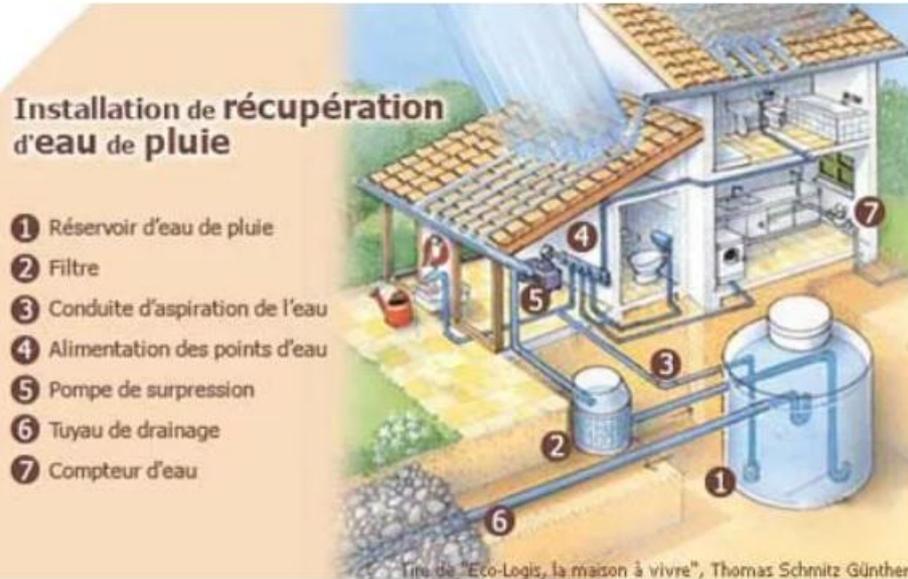


# Eautarcie

## autonomie de l'habitation par rapport à l'eau

Récupération des eaux pluviales pour alimenter machine à laver / toilettes ou pour arroser le jardin [www.eautarcie.org/](http://www.eautarcie.org/)

Un écohabitat au Canada en plein centre de Toronto .... [Lien](#)





# Immeubles autonomes en énergie et en eau

*Autonomous Building for Citizens »*

*Concept ABC avec le concours de Bouygues*

**Ce démonstrateur à Grenoble**, véritable concentré de technologies, vise un « bilan énergétique nul et une autonomie annuelle en énergie et en eau de 70%

20 et 42 logements - 2022 - Valode et Pistre architectes

> **Les eaux de pluie seront collectées**, stockées, filtrées (lavabos, éviers, douches, lave-vaisselle et lave-linge), Eau potable via le réseau communal

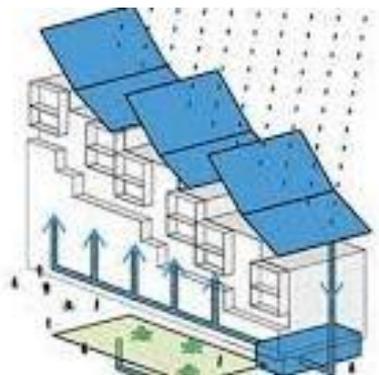
> **Les eaux grises (toilettes) sont récupérées** et utilisées pour l'arrosage des jardins partagés, le nettoyage des locaux.

**Le concept ABC** (Autonomous Building for Citizens) -

<https://youtu.be/zXdj3-sNilo> - 2:07

**Des bâtiments quasiment autonomes** en énergie et en eau

<https://youtu.be/oS4THO30Aw4> - 4:52



# Assainissement

L'autonomie passe par l'évacuation et le traitement des eaux usées et des déchets organiques.

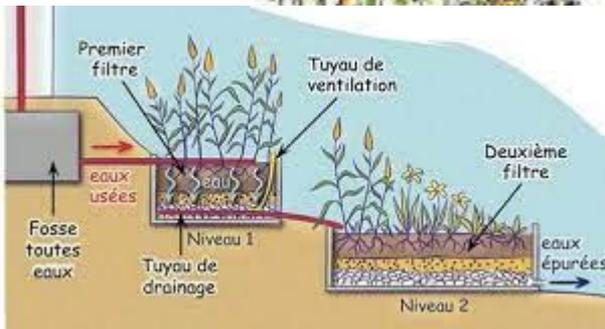
**Toilettes sèches à dérivation d'urine:** Messieurs, changez vos habitudes et arrêtons “de chier” dans de l'eau potable!

**Le compostage ou lombric-compostage** traitera les déchets organiques .. pour enrichir les plantations.

**Arte - Transformer la merde en or**

<https://youtu.be/HWWzFwgKyFs> - 23:44

Mais 4,5 milliards de personnes n'ont toujours pas accès à un assainissement approprié .. que faire ?

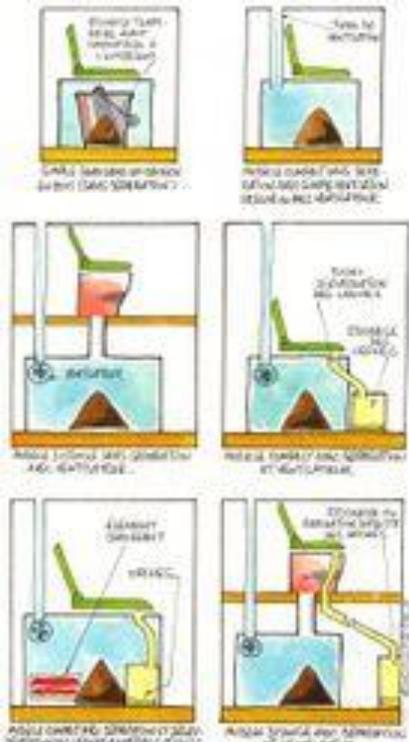


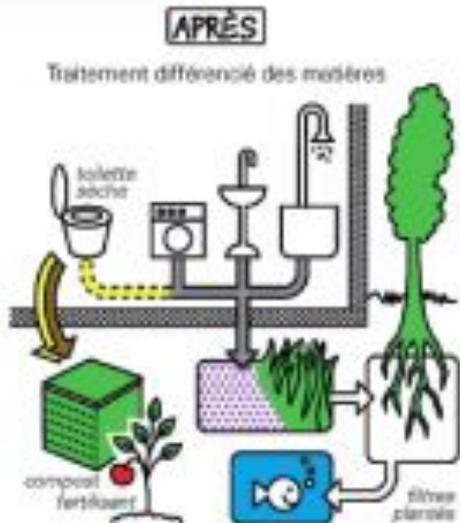
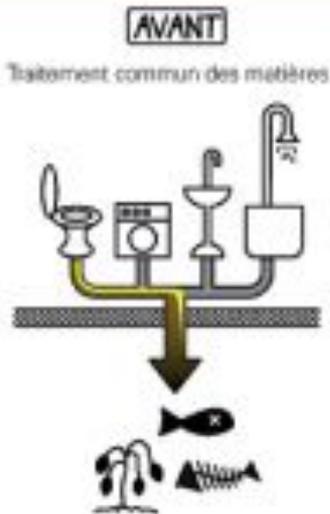
**La phytoépuration:** procédé naturel de filtration ou de dépollution des eaux usées, par les plantes. Les bactéries cachées dans le système racinaire des plantes sont dites épuratrices. Ecologique, sans odeurs

# Les toilettes sèches



Toilettes en location à Bordeaux





# Recycler l'urine et les excréments

## *Faites caca utile et fertile*

### La seconde vie des excréments !

Biogaz, papier, steak, eau potable ...

Les humains commencent tout juste à découvrir le potentiel énergétique et nutritif de leurs excréments. Engrais, boues séchées pour matériaux de construction, bioplastiques ..

### Pouvons-nous transformer nos étrons en or ? Arte TV

<https://youtu.be/HWWzFwgKyFs> - 23:44

**La Fumainerie** à Bordeaux, depuis 2020, l'association a développé le premier réseau de collecte et de valorisation des urines et excréments humains.

<https://positivr.fr/bordeaux-fumainerie-recolte-excreta-humains-pour-recycler-fds>

On peut même imaginer un monde idéal dans lequel nos excréments seront entièrement réutilisés ! [LIEN](#)



# Lombricompostage

Lombricompostage Coopérative Equilibre Soubeyran  
à Genève - - Toilettes suédoises

Architecte : Stéphane Fuchs - <https://atba.ch/>



## Le lombricompostage chez soi, sans jardin

... décomposition des aliments  
... fertilise la terre des plantes.

Le “jus” issu du compost = le **lombrithé** [LIEN](#)  
Tuto ici DIY : [LIEN](#)

## Lombricomposteur bricolé

<https://youtu.be/7gVXopVruqq> - 14:45



# Biogaz méthanisation domestique

**Le biogaz fait partie des énergies renouvelables.**  
... processus de méthanisation ou de "digestion anaérobie" en l'absence d'oxygène  
(matière organique animale, humaine ou végétale)

**Méthaniseur domestique** [www.eco-energies.com](http://www.eco-energies.com)  
[https://youtu.be/\\_x5Fxhwc0Eg](https://youtu.be/_x5Fxhwc0Eg) - 1:07

**Rwanda** depuis 2007 au Rwanda  
utilisation de la technologie de biogaz pour la cuisson et  
l'éclairage des ménages en milieu rural. [Lien RTS](#)

**Indes; Biogaz à partir des excréments humains**  
Sulab International <https://youtu.be/LsThe38BRbk> - 13:18

**Afrique: Contre la pauvreté** : quand les femmes  
produisent du biogaz <https://youtu.be/WQxedDMPMOE> - 6:03



# Zéro déchets



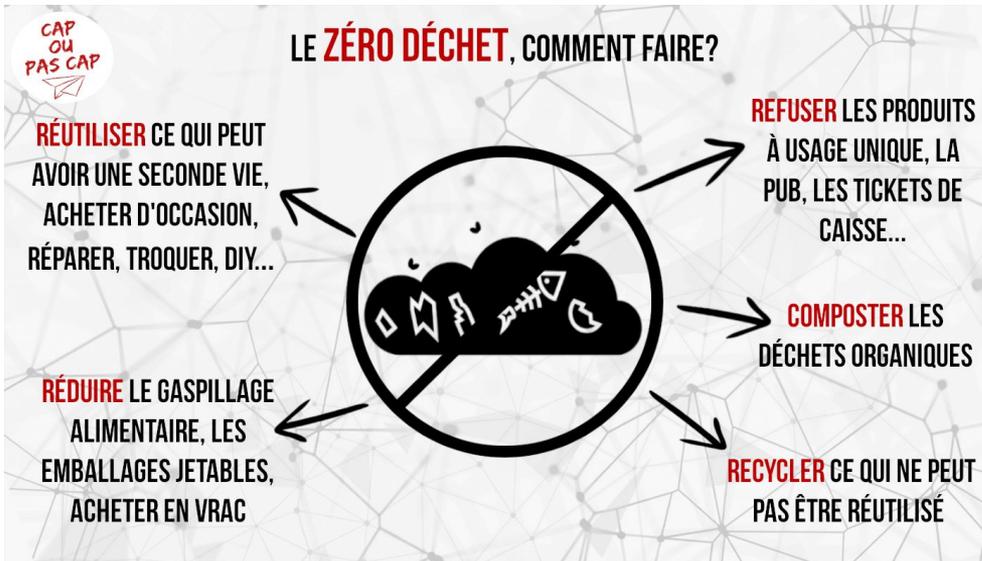
**Passer au zéro déchet : une démarche écolo et économique**  
Réduire les déchets (emballages, plastiques...)  
..et le gaspillage (surconsommation d'énergie, alimentaire)

**En Suisse**, par année et par habitant  
698 kg de déchets dont 333 kg sont non valorisables.  
<https://zerowasteswitzerland.ch/fr/demarche-zerowaste/>

**Le principe des 5 R:** Refuser - Réduire - Réutiliser  
- Recycler - Composter

**Bordeaux : une famille zéro déchet**

Terminées les poubelles qui débordent tous les deux jours : produire moins de 5 kilos de déchets par an, soit 100 fois moins que la plupart des gens  
<https://youtu.be/lbekSW1HKLg> - 4:38





# Nourriture à partager



Les incroyables comestibles

Originare d'Angleterre, en anglais *Incredible Edible* ... un *mouvement*

*Servez-vous librement, c'est gratuit*

*participatif citoyen mondial*

de bien commun - Idéal ? arriver à nourrir l'humanité

<http://lesincroyablescomestibles.fr/>

... en Suisse à Meyrin [Lien](#)

incroyables comestibles [incredible-edible.info](http://incredible-edible.info)



SUISSE

Nourriture à partager pour tous

[incredible-edible.info](http://incredible-edible.info)



**Potagers partagés** : La Ville de Genève favorise le développement de potagers urbains partagés ... sur des parcelles inutilisées ... dès 5m2

*Pelouses et espaces en friches: les quartiers d'habitations se transforment ainsi en lieux d'échange et de partage.* [Lien](#)



**Glanage international**

<https://fallingfruit.org/>

Les glaneuses (1857)  
de Millet  
Musée d'Orsay, Paris

# Permaculture

Cette forme d'agriculture vise à s'inspirer de la nature pour développer des systèmes agricoles en synergie, basés sur la diversité des cultures, leur résilience et leur productivité naturelle.

L'objectif étant de produire un environnement harmonieux, résilient, productif et durable même dans son jardin ou sur son balcon.

***Ne combattez pas la nature, imitez-la !***

**La permaculture : comment ça marche ?**

<https://youtu.be/QVSjpcqWrk8> - 1:00

**Permaculture - créer un mode de vie durable**

<https://youtu.be/WEkPJdRyHI> - 3:03

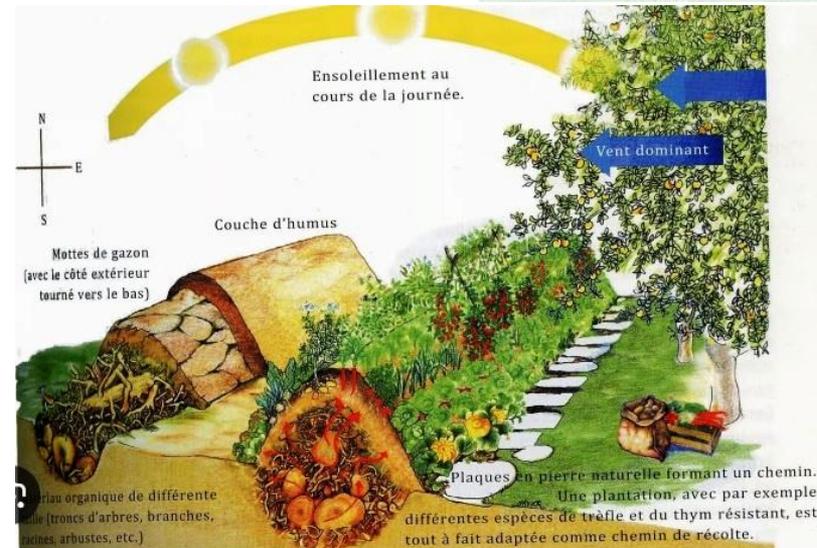
**Pour l'autonomie en ville:** la permaculture urbaine [Lien](#)

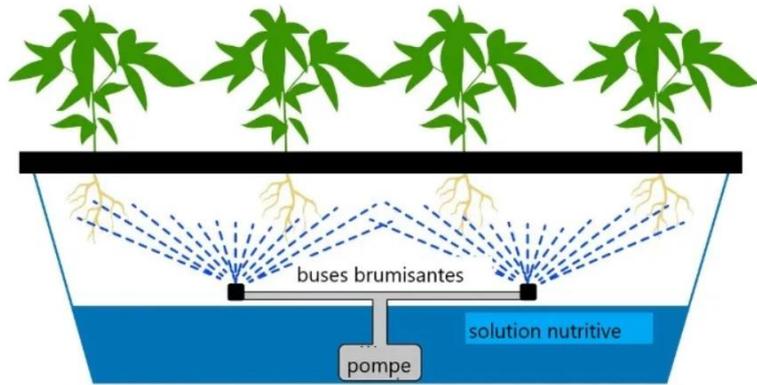
**D'une ruine à un jardin d'édén en permaculture**

Le Haillon proche de Bordeaux [Lien](#) <https://youtu.be/ARWqkMPCkPw> - 13: 35

**La permaculture urbaine** [VIDEO](#) - 1:10:37

**Permaculture & Habitat - Joris Danthon** [VIDEO](#) 1:09:12





l'aéroponie est le processus de culture de plantes dans l'air à l'aide d'un environnement de brouillard d'eau.

# Aéroponie - Aquaponie Hydroculture - Hydroponie ... domestique

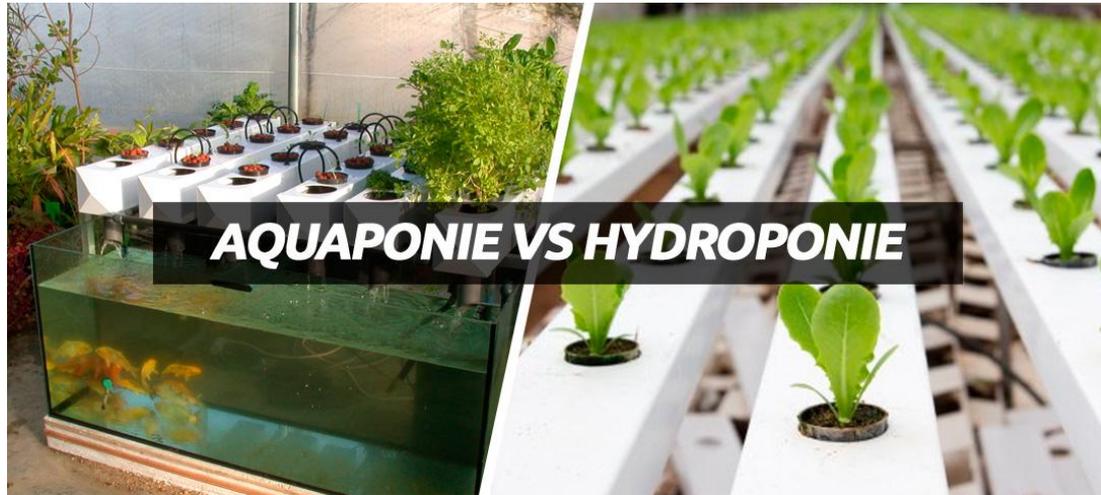
**Aéroponie** : les racines sont à l'air libre et simplement « brumisées » d'eau enrichie

**Hydroponie**: production hors-sol dans une solution à base d'eau, riche en sels minéraux et nutriments- poussent dans des supports ou substrats inertes, comme des cailloux, du sable, des billes d'argile

**L'aquaponie** est une méthode de culture d'avenir. Elle unit l'aquaculture, c'est-à-dire l'élevage de poissons, et l'hydroponie (culture hors-sol)

**Hydroponie ou Aquaponie ?**

<https://youtu.be/EhWvdOQJTrk> - 5:24



## Culture d'intérieur



[LIEN](#)



Aquaponie: système de culture associant culture de plante en hydroponie et élevage de poissons, dont les déjections apportent des nutriments aux végétaux.

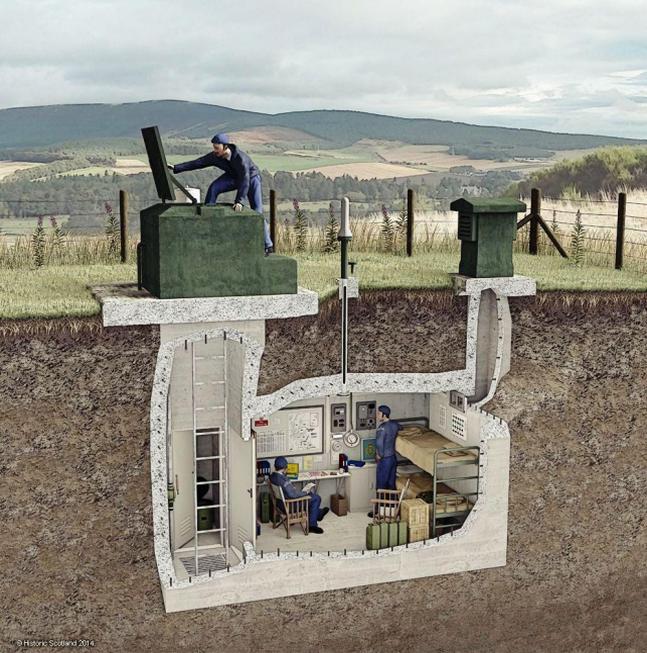


## Stockage de la nourriture

Save Food Suisse: Les Food Ninjas stockent les aliments intelligemment et prolongent ainsi leur durée de conservation [LIEN](#)

Comment stocker de la nourriture - Longue conservation - Stop déchets  
<https://youtu.be/cLnssm09uE> - 6:06





# Survivalistes - Preppers

**Le survivalisme** est un mouvement qui vise à se préparer aux catastrophes et autres affres de la vie, qu'elles soient naturelles ou provoquées par des humains. Il s'agit d'apprendre à survivre en milieu hostile et à tirer parti des ressources dont on dispose. Les Survivalistes prévoient de pêcher, de piéger, et de chasser pour se nourrir.

**Les Preppers** stockent des quantités importantes de nourriture de longue conservation

**En Suède: Face à la menace russe, les Preppers se mobilisent** - ARTE Regards 2022  
*Le gouvernement suédois prépare la population au pire ...Apprendre les techniques inspirées des survivalistes* <https://youtu.be/MEKP9oVEPtM> - 31:55

Apprendre / Préparer / Survivre - PDF 17p [Lien](#)

