

Points clés et ressources :

Atelier « Rénover, isoler son logement, mode d'emploi » - 27 septembre 2025

Avant toute rénovation de son logement ancien...

. Posez-vous la question de la localisation et des usages du lieu

<https://maisons-paysannes.org/wp-content/uploads/2013/07/ATHEBA-organisation-espace-dans-le-bati-ancien.pdf>

- Comment se protéger du vent avec la végétation extérieure ?
- Comment profiter des rayons du soleil et s'en protéger aussi côté sud ?
- oser changer l'usage des pièces : cuisine au soleil, chambres dans espaces plus protégés du soleil,
- faut-il tout chauffer ? tout isoler ? ou seulement certaines pièces ? de combien de m² ai-je besoin ?
- que peut-on garder, réutiliser ? ne pas oublier que tout ce qui est détruit et remplacé par du matériel neuf génère aussi de la production d'énergie. Une porte simple vitrage peut être réutilisée en intérieur, ou en porte de placard, un plancher ancien peut être poncé, etc.
etc...

. Faites réaliser un audit énergétique (que vous soyez déjà propriétaire ou futur propriétaire), c'est-à-dire un état des lieux de ce qui a déjà été fait en termes de rénovation, d'isolation, de travaux de maîtrise thermique, du montant des dépenses d'énergie, et aussi de confort de la maison.

Cet audit fournit ensuite des préconisations et des scénarios avec plus ou moins de travaux et les effets attendus d'économie d'énergie.

Le conseiller peut ensuite vous aider à faire des choix, donner un avis sur les devis d'artisans, identifier les aides (dont Ma Prim Rénov) auxquelles vous avez droit et vérifier la bonne réalisation. Il ne remplace ni un maître d'œuvre (vous ou un professionnel) qui coordonne et suit les travaux de tous les artisans ni un architecte qui peut vous aider à repenser l'aménagement des pièces pour gagner en travaux et en confort.

Certaines collectivités disposent de conseillers pour cela et font payer un prix réduit ou une forfait (par exemple 600 euros) remboursable si les travaux sont réalisés.

- C'est le cas de **Ouest Aveyron Communauté à Villefranche de Rouergue**, qui dispose d'un Espace France Rénov' pour les habitants de son territoire.

<https://www.ouestaveyron.fr/environnement/energie-et-climat/renovation-energetique/>

Contact par téléphone au 05 65 65 12 39 ou par [formulaire de contact](#)

- **Pour les autres habitants de l'Aveyron**, hors Ouest Aveyron Communauté, contacter France Renov Aveyron, géré par l'ADIL 12 : contact@adil12.fr, 05 65 68 06 41, 0 808 800 700

<https://lannuaire.service-public.gouv.fr/occitanie/aveyron/0573a71b-c8d3-46b0-9180-9c1a609933c9>

. Un nouveau dispositif national « Mon accompagnateur rénov » a été créé par l'Etat pour accompagner des particuliers tout au long de leur projet de rénovation, notamment pour des projets rénovant tout ou des projets complexes. L'Etat subventionne ce service mais il peut rester une part à payer, selon les situations. Cela s'inscrit dans les aides « Ma Prim' Rénov »

Où les trouver, voir ici <https://france-renov.gouv.fr/mon-accompagnateur-renov#formulaire-dassistance-mon-accompagnateur-renov>

. Faites faire un **DPE diagnostic de performance énergétique**, avant et/ou après les travaux selon votre besoin. Attention, ce DPE, payant, est seulement une mesure à un moment donné, selon des normes existantes (lettre de A à H) indiquant la « performance énergétique » de la maison. Il est obligatoire pour montrer que des travaux – pour lesquels vous demandez une aide - visent à sortir des plus mauvaises catégories. Il est aussi obligatoire pour une location, une vente, etc.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F16096>

. Sollicitez un **avis gratuit d'un architecte du CAUE** Conseil en architecture urbanisme environnement, sur vos plans, le réagencement, le choix des matériaux, le respect des règles en secteur patrimonial, etc.

➤ **Prendre rdv au 05 65 68 66 45 dans une permanence en Aveyron ou au téléphone.**

<https://caueactu.fr/particuliers-c-a-u-e-aide-a-construire-agrandir-renover/>

Se former, échanger des expériences

. voir programme des ateliers et visites d'EnerCOA

. formation Connaitre son bâti ancien pour rénover, conduite par une architecte en éco-rénovation (prochaine le 7 novembre 2025)

. voir chantiers participatifs, manière de se former si on veut réaliser soi-même une partie des travaux.

EnerCOA préconise des matériaux écologiques, dit biosourcés. Pourquoi ?

. ils sont renouvelables,

. ils sont produits avec moins d'énergie (même si la fibre de bois demande de l'énergie de séchage),

. certains sont issus de recyclage (cf ouate de cellulose avec papier, cf isolant textile avec vieux cotons récupérés : cf matériau METISSE fabriqué par une entreprise créée par Emmaüs),

. ils comportent peu ou pas d'adjuvants chimiques nocifs pour la santé, au moment de la mise en œuvre et ultérieurement (cf laine de verre cancérigène, cf COV dans revêtements PVC...),

. ils sont de bons régulateurs naturels de l'humidité (cf murs en chaux chanvre),

. ils ont de meilleurs résultats pour protéger du chaud, ce qui est aussi important que se protéger du froid (cf fibre de bois à utiliser dans les combles pour cette qualité),

. ils sont produits en général en France et certains sont produits très localement (cf chanvre du Lot de Virgo Coop),

. certains ont aussi des propriétés d'isolation phonique : liège en particulier, laine...

. ils ne sont pas aussi chers qu'on le croit !

Zoom sur l'isolation technique par l'extérieur, en paille, sur une maison ancienne :

Un exemple encore rare mais encourageant sur la reconnaissance de ces matériaux par les aides à la rénovation. A noter que l'isolation en fibre de bois, ouate de cellulose, etc, donne déjà droit aux aides si l'artisan poseur a demandé son label « RGE ».

. Vidéo sur une visite de chantier d'isolation thermique par l'extérieur en bottes de [hashtag#paille](#), sur une maison à Pantin co-organisée par [Pass'Réno Habitat - Professionnels](#), [Ekopolis](#), [Collect'IF Paille](#), [ALEC-MVE](#).

Il s'agit d'une ancienne maison principalement en mâchefer, jamais enduite, et qui était dans un état de dégradation très avancé. Ce projet a bénéficié du dispositif MaPrimeRénov', ce qui a permis le financement d'une rénovation globale ambitieuse et écologique, avec ITE en paille, PAC, fenêtres performantes et sarking.

◆ Avec dans la vidéo :

- [Rémi Doucet](#), DOUCETarchitectes : architecte du projet

- Frédéric Charpentier, représentant Plâtres VIEUJOT

◆ Ainsi que :

- [César Chauvin](#), [SOPRIBAT](#) : entreprise spécialisée dans les métiers du bâtiment second œuvre TCE : peintures, sols, ravalement, isolation

- [Raphaële Héliot](#) Chargée de mission mobilisation des professionnels (référénte technique [hashtag#biosourcés](#))

– Pass'Réno Habitat

- [Jean-Raphaël de PELAGEY](#), Conseiller France Rénov' – mission rénovation performante (formé Pro-Paille) – ALEC-MVE

La vidéo :

https://www.linkedin.com/feed/?highlightedUpdateType=COMMENTS_BY_YOUR_NETWORK&highlightedUpdateUrn=urn%3Ali%3Aactivit y%3A7293009247125032961

Et l'isolation phonique ?

- . Y penser en même temps que l'isolation thermique notamment dans le choix des matériaux : cf liège et laine.
- . voir page 200 de l'ouvrage de référence L'isolation thermique et écologique, édition Terre vivante
- . Voir guide de l'ADEME

https://librairie.ademe.fr/batiment/1949-3934-isoler-son-logement-du-bruit-9791029708428.html#/43-type_de_produit-format_imprime

EnerCOA vous met en relation avec des entreprises partenaires

Ces entreprises nous garantissent la qualité du service et, pour les fournisseurs de matériaux, des remises spécifiques pour les coopérateurs.

Comment faire : participez à un atelier EnerCOA pour mieux identifier vos besoins, contactez EnerCOA pour obtenir leurs coordonnées précises puis contactez l'entreprise, en mentionnant votre n° de coopérateur.

Puis nous vous invitons à partager votre expérience auprès d'autres coopérateurs. Prévenez EnerCOA des résultats de votre prise de contact et de tout problème éventuel avec nos partenaires.

> **Ecohérence Habitat**, Malleville : isolation tous matériaux écologiques, spécialité de chaux-chanvre projeté à la machine, dans le neuf et la rénovation. Construction d'ossatures bois.

> **Kalia Ecoconstruction**, Malleville : isolation tous matériaux écologiques, spécialité de pose de panneaux de paille préfabriqués, pour le neuf et la rénovation (procédé « Easy Paille »). Construction d'ossatures bois et de carports et pose de panneaux photovoltaïques.

> **La Boutique du menuisier**, Villefranche de Rouergue : pose de menuiseries bois, PVC, mixte, fabriquées dans l'usine Castes de Villefranche de Rouergue. Engagement sur la qualité de la poste et questionnaire de vérification avec le client. Remise aux coopérateurs.

> **Quercy Eco Matériaux**, Livernon (nord de Figeac) : magasin de matériaux écologiques du bâtiment, isolants, parquets, peintures, etc. Possibilité de livraison et commandes groupées. Remise aux coopérateurs selon conditions.

Présentation enregistrée lors d'un atelier EnerCOA : vidéo 1h, à visionner ici <https://www.enercoa.fr/bilan-renovation-amelioration-thermique-du-28-janvier-2025/>

Contact EnerCOA : contact@enercoa.fr, 05 65 57 22 54

RESSOURCES

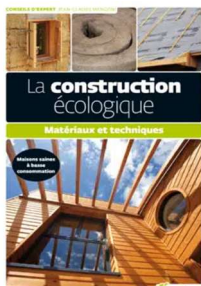
. **Guide de l'isolation de l'ADEME** Agence nationale de la transition écologique – synthétique mais assez complet. Aborde les matériaux écologiques.

https://librairie.ademe.fr/batiment/7724-9455-comment-isoler-sa-maison--9791029724183.html#/43-type_de_produit-format_imprime

. **Document de présentation des matériaux biosourcés**, par le Ministère de l'Ecologie

https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/les_materiaux_de_construction_biosources_geosources.pdf

Comparaison de matériaux écologiques

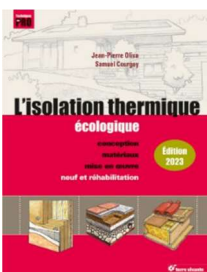


. **Tableau comparatif de matériaux, en fichier joint** (4 pages) : précis sur les critères écologiques, sans notion de prix (qui peuvent varier dans le temps).

Par un auteur et praticien de référence, de Jean-Claude Mengoni

Extrait de son ouvrage La construction écologique, édition terre vivante.

<https://www.terrevivante.org/boutique/livres/maison-ecologique/la-construction-ecologique/>



. **L'isolation thermique et écologique**, réédition d'un autre livre de référence, paru chez terre vivante, en 2023.

<https://www.terrevivante.org/boutique/livres/maison-ecologique/lisolation-thermique-ecologique-edition-2023/>

. **Tableau comparatif par un distributeur expérimenté de produits écologiques du bâtiment, SAINBIOSE**, avec des références de prix : <https://www.sainbiose.com/blog/post/quel-isolant-choisir/>

Rénover et isoler - fiches pratiques réalisées par l'association Maisons paysannes,

**maisons
paysannes
de france**

qui a une longue expérience de rénovation patrimoniale

- **Comprendre le bâti ancien avant de rénover** <https://maisons-paysannes.org/wp-content/uploads/2013/07/ATHEBA-comprendre-le-bati-ancien.pdf>
- **Les combles** <http://maisons-paysannes.org/wp-content/uploads/2013/07/ATHEBA-combles-dans-le-bati-ancien.pdf>
- **Les murs** <http://maisons-paysannes.org/wp-content/uploads/2013/07/ATHEBA-murs-dans-le-bati-ancien.pdf>
- **Les planchers** <http://maisons-paysannes.org/wp-content/uploads/2013/07/ATHEBA-planchers-dans-le-bati-ancien.pdf>

. Voir aussi les fiches du CAUE de Gironde

Supports audio-visuels

. **Podcasts de Sophie Pillods, sociétaire EnerCOA**, réalisatrice professionnelle de podcasts.



Podcasts de sensibilisation des propriétaires et des artisans pour une rénovation énergétique en low tech, réalisés pour l'Institut pour la Conception Ecoresponsable du Bâti (ICEB), avec des interviews, reportages, retours d'expériences.

Pour les écouter : [ils sont disponibles en ligne](#).

8 épisodes : comprendre le bâtiment, l'enveloppe du bâtiment, le réemploi, les circuits courts, les lots techniques...

. **l'énergie grise**, celle qu'il a fallu utiliser pour fabriquer les matériaux d'isolation, les panneaux PV, les menuiseries, etc.

. **Construire, repères pour construire sa maison en pensant aux économies d'énergie**

Petit film d'animation/sensibilisation réalisé par le CAUE de l'Isère

<https://caue-isere.org/article/film-construction>

. **Petit film d'animation/sensibilisation sur l'énergie grise** réalisé par le CAUE de l'Isère

<https://caue-isere.org/article/film-energie-grise>



Fiche rédigée par Odile Proust, à partir d'expériences et sources diverses