

L'habitat de sain et naturel

Nos intérieurs sont pollués par des particules sournoises et invisibles, issues des matériaux de construction et des revêtements de sols, murs et plafonds, mais aussi des produits ménagers que nous utilisons au quotidien ! Pour éviter ces sources d'empoisonnement, voici comment :

- **Réaliser des aménagements simples** (pose de cloison, de sol, d'isolation..) avec des matériaux naturels et sains (bois, chanvre, liège, ouate de cellulose..).
- **Décorer son intérieur**, avec des recettes de peintures, enduits, lasures... à faire soi-même à partir de produits 100 % naturels et économiques (caséine, argile, chaux, farine, huiles...). Ce guide propose également des sélections de produits prêts à l'emploi. De la peinture à la caséine, facile à réaliser et simple à appliquer, au magnifique et subtil tadelakt, il y a en a pour tous les goûts et toutes les difficultés !
- **Fabriquer soi-même ses produits d'entretien** à partir d'ingrédients simples et naturels.

Pas moins de 5 auteurs ont réuni leurs compétences pour vous proposer ce guide ! **Christelle Auzias**, décoratrice et fondatrice de l'atelier *Terra originalis*, anime des stages sur la mise en œuvre de matériaux sains. **Bruno Gouttry**, artisan peintre, a créé l'entreprise *Anachromie*, spécialisée en peintures et enduits naturels, et anime des ateliers et des formations. **Jean-Claude Mengoni** est journaliste, passionné par l'habitat écologique. **Manuel Mengoni** est conseiller en écologie et en développement durable. **Lactitia Royant** se passionne pour les plantes, la phytothérapie, l'aromathérapie, la naturopathie, et élabore des recettes naturelles et simples de produits d'entretien.

Un guide pour une vie plus saine chez soi !

Depuis plus de 30 ans, la Scop Terre vivante édite des livres d'écologie pratique, ainsi que le magazine *Les 4 Saisons du jardin bio*. Terre vivante a également créé des jardins écologiques en Isère, proposant des stages pratiques.



9 782360 981434

32€



www.terrevivante.org