



Préparation du Domicile pour une autonomie minimale

N/B

Ce document survole de façon non exhaustive les éléments essentiels à la préparation du domicile. Il a été rédigé pour donner des pistes de recherches aux intéressés qui pourront approfondir chaque sujet/thème.

De nos jours, les logements sont conçus pour apporter à leurs occupants le maximum de confort. Ils sont élaborés en fonction des technologies modernes et des services publics qui assurent leur autonomie. Ils ne sont absolument pas pensés dans une optique de semi autarcie ou d'autonomie. Pour donner un exemple, si on résume une habitation à plusieurs points essentiels tels que :

- L'alimentation en énergie
- L'alimentation en eau
- Les besoins sanitaires

On se rend compte que ces éléments sont assujettis à des services « extérieurs » dont l'occupant dépend en totalité.

Plusieurs questions viennent alors à l'esprit : Comment réagir en cas de coupure électrique de plusieurs jours ? Comment réagir en cas de pollution du réseau d'eau ou interruption de celui-ci ? On a tellement l'habitude de tout voir fonctionner en appuyant sur un simple interrupteur et de tout faire entretenir par les autres qu'on a perdu le sens de la réalité.

On devrait penser son habitation en termes d'autonomie d'abord puis seulement ensuite y ajouter les éléments de confort technologiques. Ainsi, en cas de crise et d'interruption de certains services, on dispose d'une solution alternative pour y faire face. Moins pratique que le fait d'appuyer sur un bouton mais infiniment plus sûre et plus agréable à vivre le jour où l'on en a besoin.

1/ L'EAU.

Que l'on soit dans un bâtiment ancien ou neuf, il est extrêmement important d'assurer une autonomie en eau à l'habitation. Passer ne serait-ce qu'une journée en coupant son arrivée d'eau reliée au réseau et on comprend déjà mieux où je veux en venir. Beaucoup de gens ne se rendent pas compte de ce facteur et tout comme beaucoup d'enfants, ils s'imaginent que l'eau coule miraculeusement du mitigeur et que cela durera toujours.

La solution est donc de pouvoir récupérer et stocker l'eau. Citerne, réservoir, puits, peu importe il faut au minimum une capacité de stockage de 2000 litres. Cela équivaut environ à 5 litres d'eau par jour pour une seule personne pendant un an.

Disposer d'un réservoir est un impératif quand on réside dans une maison particulière et que l'on dispose d'un jardin.

Si l'on vit dans un appartement, le problème est qu'on ne peut ni stocker en grande quantité ni récupérer. Le stockage d'un minimum de packs d'eau reste donc une solution. Avoir 10 packs d'eau en permanence n'est pas de la paranoïa. C'est juste une précaution.

Quand on habite en ville, une pénurie d'eau crée une ruée sur les commerces qui vendent bidons et autres jerricans. Les stocks de bidon vides et les packs d'eau s'écoulent alors en quelques minutes pour une grande ville. Il ne faut pas attendre pour investir dans un bidon de 25l que l'on conservera sans jamais le remplir avec autre chose que de l'eau.

En France, on a la chance de disposer d'eau domestique potable. C'est un luxe inimaginable pour certains pays Africains. L'inconvénient pour nous est qu'à force de consommer une eau aseptisée, on devient extrêmement sensible à une eau de médiocre qualité. Ceux qui ont voyagé dans les pays du tiers monde ne me contrediront pas. Le résultat pour nous en France est qu'en cas de pénurie ou pollution du réseau d'eau, les dégâts sanitaires seraient très lourds. Notre organisme n'étant pas assez résistant pour boire une eau de médiocre qualité, il faut donc penser à investir dans un filtre de bonne qualité. Plusieurs compagnies se partagent le marché et personnellement je recommande la société Katadyn et les filtres « Pocket » et « Syphon ». Ils ont fait leurs preuves partout dans le monde et leur fiabilité n'est plus à démontrer.

Disposer d'un stock de pastilles de purification type Micropur est aussi une bonne idée. Ces pastilles sont disponibles en pharmacie et sont très efficaces. Peu coûteuses et très compactes, elles sont un bon complément du filtre MAIS ne remplacent pas ce dernier



En France, un ménage moyen consomme environ 100 litres d'eau par personne et par jour. Oui je sais, ça fait peur mais notre mode de vie est ainsi fait. On balance de l'eau potable dans les WC, on prend des bains, des douches, on fait la lessive, on remplit sa piscine bref, on consomme sans regarder à la quantité. Plus haut, on a vu qu'une citerne de 2000 litres offre 5 litres d'eau par personne et par jour sur une année Soit 20 fois moins qu'en temps normal. On comprend alors à la vue de ces deux chiffres qu'il est judicieux d'apprendre à limiter sa consommation. Un Européen consomme tellement par habitude qu'il ne se rend pas compte à quel point une pénurie entraînerait de graves conséquences.

<http://pagesperso-orange.fr/silex-mindset>

L'eau de pluie est pauvre en minéraux. La boire entraîne donc des carences en sels minéraux. Il est préférable de tapisser le fond de son récupérateur avec des pierres ou du gravier afin de reminéraliser l'eau un minimum en y ajoutant un disperseur de bulles (type aérateur d'aquarium).

Dans tous les cas, **l'eau doit être impérativement filtrée avant d'être bu.**

2/ Le CHAUFFAGE

LE MINIMUM

Fioul / gaz / électricité peut importe lequel de ces modes de chauffage vous compter utiliser dans votre habitation, il faut avoir à l'esprit qu'ils n'ont aucune autonomie autant concernant leur approvisionnement que leur entretien souvent délicat et réservé aux professionnels

Là, il n'y a pas 36 solutions pour s'assurer un minimum d'autonomie : **C'est le bois** qu'il faut choisir. On en trouve partout, c'est renouvelable et ça marche très bien. On oublie le foyer ouvert qui chauffe plus le conduit de fumée que la maison et on investit dans une solution fiable. Poêles, poêles de masse, cuisinière à bois... Peu importe. Vous disposerez d'un moyen de chauffage efficace est totalement autonome. L'entretien se résume à faire ramoner son installation une fois l'an par un pro pour disposer d'une attestation préservant vos garanties d'assurance en cas d'incendie. C'est tout.

L'achat d'un kit de ramonage est recommandé afin d'assurer vous-mêmes l'entretien si besoin est.



Je ne recommande pas les foyers avec insert. Je n'en ai jamais vu de plus efficace qu'un poêle même quand ce dernier était annoncé avec une puissance moindre que l'insert. Par souci d'économie, les petites annonces sont l'endroit idéal pour s'offrir un poêle à moindre coût. Pour le choix, il faut savoir d'après mon expérience qu'un bon poêle est en fonte, tous les modèles aciers tiennent mal dans le temps et se refroidissent très vite. Il faut veiller lors d'un achat en occasion que toutes les parties mobiles fonctionnent correctement, que le vitrage n'est pas fissuré, qu'un tiroir vide cendre est présent ainsi que les accessoires d'ouverture (système d'ouverture amovible)

Un poêle en plus de sa capacité à vous chauffer peut aussi chauffer les aliments et faire bouillir l'eau s'il est équipé d'une plaque de cuisson. Un tel avantage ne se discute même pas. Il ne faut pas hésiter. Il y a beaucoup de grandes marques : Suppra, Godin, Jotul ... qui en proposent pour tous les goûts et tous les bourses.

Inutile de choisir un « engin de guerre » si ce n'est pas votre mode de chauffage habituel. Un petit poêle en fonte acceptant des bûches de 40cm remplira correctement son travail même si le volume de l'habitation à chauffer est trop grand pour lui. Il maintiendra tout de même une température à l'intérieur de votre habitation bien supérieure à celle de l'extérieur. C'est le principal

Pour le bois, Si le poêle n'est pas votre chauffage habituel, il faut se constituer une réserve d'au moins 5 stères de bois sec. Si c'est votre mode de chauffage quotidien, selon la région et les besoins, les quantités varient alors renseignez vous dans votre entourage. Le bois doit être stocké sous un abri en plein air pour qu'il poursuive son assèchement. Les outils de base pour se chauffer au bois en plus du poêle sont une hache, une hachette, un coin, une scie et un chevalet. Equipé ainsi votre bois vous chauffera trois fois ! Une fois quand vous le stockerez, une fois à la coupe, une fois dans le poêle

Évitez de brûler les papiers glacés de prospectus et le bois enduit de peinture ou vernis. Ces éléments encrassent fortement le conduit et les vapeurs ne sont pas idéales pour la santé.

Autre mode de régulation de température dans la maison : **le puis Canadien**. Ce n'est pas un chauffage à proprement parler mais une aide pour votre chauffage au bois ou traditionnel. L'idée est d'enterrer 25m de gaine de gros diamètre à 2m de profondeur. Une extrémité sort de terre dans le jardin et l'autre extrémité dans votre maison au niveau du sol. L'habitation doit être parfaitement isolée :

En hiver, l'air froid extérieur circule dans la gaine qui est à température constante puisque sous terre (environ 12°) ou il est réchauffé avant d'être diffusé dans la maison.

L'été, c'est l'effet inverse. L'air chaud extérieur entre dans la gaine ou il est rafraîchi avant d'entrer dans la maison. Certains y ajoutent une VMC double flux pour encore plus d'efficacité

LE QUOTIDIEN

Il ne faut pas hésiter à isoler au mieux son habitation pour la rendre la moins gourmande en énergie. Les solutions techniques sont nombreuses mais je ne suis pas emballé par les isolants réflectorisants. Je reste fidèle à la bonne vieille couche de laine de roche/verre ou ouate de cellulose.

Il faut le plus possible tenter de s'approcher d'un coef 5 d'isolation en multipliant les couches tant pour les combles que les murs. Si 20cm de laine est un standard pour les combles, il vaut mieux isoler avec 40cm. Idem pour les murs, habituellement isolés avec moins de 10cm.

Les fenêtres simples vitrage doivent absolument disparaître de la maison au profit d'un double ou triple vitrage. Les ouvertures au nord doivent être réduites au minimum et celles au sud au maximum afin de faire profiter la maison d'un maximum d'insolation. Si besoin est, il faut condamner les fenêtres côté nord ou les remplacer par des abatants plus petits.

Disposer d'un sas d'entrée vitré de type véranda est une bonne idée car on évite de faire entrer directement l'air froid extérieur dans la maison. Esthétiquement, c'est difficile à intégrer dans une façade mais c'est terriblement efficace.

3/ LES BESOINS SANITAIRES

Se laver en prenant un bain tous les jours, ça s'appelle « patauger dans le luxe ».

Se laver en prenant une douche quotidienne, ça s'appelle « économiser l'eau » :

Se laver à l'évier en faisant chauffer une casserole d'eau sur son poêle, ça s'appelle « solution alternative en cas de coup dur »

<http://pagesperso-orange.fr/silex-mindset>

LE MINIMUM

Dans tous les cas, il faut disposer d'un baquet métallique (tôle galva) robuste de bonne contenance que l'on pourra remplir d'eau chaude à la casserole. Que ce soit pour faire la lessive, se laver ou baigner les enfants. Il sera toujours utile même hors période de crise.

Le savon de Marseille ou le savon d'Alep sont des produits miracles. Ils remplacent savon, lessive et shampoing. Un stock minimum et à prévoir

LE QUOTIDIEN

Si possible, il vaut mieux disposer sa tuyauterie d'alimentation et d'évacuation en eau de façon « apparente ». Ca vous laisse la possibilité de détecter les fuites éventuelles et d'intervenir facilement sans avoir à détruire une paroi.

Je suis totalement opposé à l'alimentation / évacuation des eaux masquée dans la maçonnerie. Si une fuite même infime survient, l'humidité aura le temps d'imbiber totalement votre paroi et votre isolant avant que vous ne vous en rendiez compte et quand vous vous apercevrez de l'accident, vous ne serez même pas en mesure de détecter précisément la fuite.

Il faut pouvoir intervenir sur la maintenance de votre réseau d'eau facilement et rapidement. Idem pour les siphons de douche et baignoires : Toujours ménager une trappe de maintenance permettant de démonter l'ensemble.

Placer des vannes d'arrêt régulièrement sur votre circuit d'alimentation en eau de façon à pouvoir couper l'eau sans en priver totalement l'habitation

Pour plus de confort et d'économie, placer son ballon d'eau chaude à proximité des robinets d'eau chaude (douche/baignoire/évier/lavabo) de façon à limiter la quantité d'eau qui stagne dans le tuyau d'alimentation entre chaque utilisation. On n'a ainsi pas à attendre en laissant couler le robinet 40 secondes pour avoir de l'eau chaude.

Les WC

Si vous avez un weekend à tuer, lancez-vous dans la construction d'un **wc sec (toilettes sèches, TLB)**. Ce procédé permet de dire totalement adieu aux wc traditionnels. Il suffit juste de changer ses habitudes.



Les avantages d'un wc sec sont innombrables. Il permet de réduire considérablement sa consommation en eau en utilisation quotidienne. Et si vous ne l'utilisez pas, vous êtes quand même parez si l'eau vient à manquer en mauvaise période.

Quelques planches, un seau en inox (l'acier inox est le seul récipient valable), un abattant de wc traditionnel, un sac de copeaux de bois et le tour est joué. Voilà un an que je n'utilise plus que ça à la maison (le wc traditionnel a disparu) et j'en suis pleinement satisfait. Je m'en fout

d'affronter les blagues de mes amis avec ça. Je suis convaincu du bien fondé de ce procédé qui évite la surconsommation d'eau potable et permet un recyclage naturel de nos déjections. Personnellement, je ne sépare pas les urines de mes selles. Je réunis tout ce petit monde dans un seau qui atterri ensuite sur un tas de « mon fumier ».

J'ai en fait trois tas distincts dans le jardin. Un pour les déchets verts du jardin et de la cuisine, un autre vide pour le moment et enfin un tas de mes « exploits » ou à chaque seau versé j'ajoute un peu de déchets verts du premier tas. Le tas « vide » servira dans le futur à y placer le compost obtenu de mon fumier. Il faut laisser « mijoter » le tas de fumier pendant 2 années (le retourner 4 fois / an) afin de s'assurer que tous les germes pathogènes en seront éradiqués. C'est une mesure sanitaire indispensable pour éviter de disperser des germes dans son potager.

Si l'idée d'utiliser le compost pour vos cultures alimentaires vous rebute, utilisez le pour les arbres ou les massifs. :

4/L'ENERGIE

Tout notre confort est basé sur le pétrole et l'électricité. Sans ces deux éléments on retourne au moyen âge en quelques jours. On est tous dépendant d'EDF et de Total et au niveau de l'habitation, se passer de l'un et l'autre relève de l'exploit. Si on en a les moyens, on peut s'offrir des panneaux solaires photovoltaïques ou une éolienne mais ces investissements restent extrêmement lourds pour monsieur tout le monde et ne garantissent souvent pas une autonomie complète.

Il faut se faire une raison et trouver des solutions permettant d'affronter une coupure d'approvisionnement. Solution temporaire mais bon, si on n'a plus d'électricité pendant 2 mois, ça sera un sacré bordel à gérer et je n'ai pas de solution.

Il faut s'y faire et équiper son habitation en conséquence.

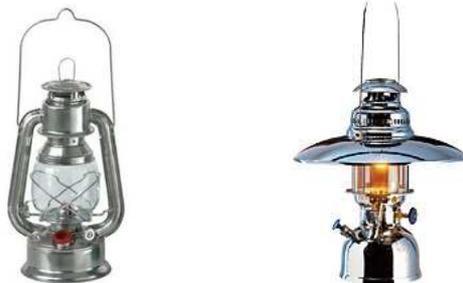
LE MINIMUM

Pour l'éclairage, d'ambiance :

un stock de bougie.

une lampe tempête type Guillouard + mèches + 3 litres de pétrole lampant

une lampe à pression type Pétromax. + 3 litres de pétrole lampant Exceptionnelle d'efficacité mais un apprentissage est nécessaire pour la mettre en œuvre



Le solaire à moindre cout pour l'éclairage devient possible avec des kits prêt à fonctionner comme ceux de la société Britannique Solar Technology (<http://www.solartechnology.co.uk/>) Pour une somme d'environ 350 euros vous disposez d'un panneau solaire 30watts, d'un régulateur de charge, de 4 tubes fluo 12volt et du câblage. Il faut ensuite raccorder le tout à une batterie de voiture standard pour profiter de 8h d'éclairage par jour sur les 4 tubes fluo. On peut ainsi éclairer convenablement une surface de 50m² ou plus avec un kit plus garni. Le panneau est garanti 35 ans et le kit complet 10 ans. Bref une solution valable totalement autonome.

<http://pagesperso-orange.fr/silex-mindset>



Pour l'éclairage d'urgence

S'équiper d'un stock de piles rechargeables Nimh, d'un chargeur standard 220V et d'un chargeur solaire.

Certaines lampes de poche disposent d'une dynamo. C'est pratique du moins au début mais pas du tout écologique. A l'intérieur de ces lampes, il y a tout simplement un accu et au bout d'un certain cycle de recharge/décharge, il ne tient plus la charge. La plupart du temps la coque de l'accu est scellée pour empêcher son remplacement par le propriétaire qui n'a alors d'autre choix que de racheter une autre lampe après avoir larguer à la poubelle sa lampe HS et son accu qui ira se désagréger en pleine nature.

Il faut préférer les lampes de poche à led utilisant des formats de piles standard que l'on peut recharger au solaire et dont les piles une fois totalement HS par les cycles de charge/décharge, pourront être recyclées. Pour chargeur standard de piles (220volt), il ne faut pas hésiter à prendre un bon modèle électronique qui décharge l'accu avant recharge. Cela garantie une longue durée de vie à votre pile rechargeable.

Personnellement je recommande les lampes de plongée de marque TEKTITE. Je n'ai pas trouvé mieux en termes d'autonomie. Le modèle Trek 2 tient 7 jours et 7 nuits avec 3 piles AAA. Un exploit ! Arcflashlight réalise un modèle sublime de résistance et de petite taille 10h d'autonomie avec une pile AAA.

Pour la puissance et l'autonomie, on peut rechercher chez FENIX une référence en la matière



Pour alimenter la maison en énergie, le groupe électrogène est la solution qui permet de s'offrir quelques heures d'électricité les jours de coupure. Il faut bien avoir à l'esprit qu'un groupe électrogène ne sera pas en mesure de couvrir tous les besoins. Il faudra sélectionner les appareils à utiliser en fonction de la puissance du groupe.

Moins vos appareils électriques sont gourmands en énergie plus vous aurez de marge pour moduler l'utilisation du groupe.

Le groupe électrogène consommant du carburant, cela inclus la nécessité de stocker suffisamment de carburant pour alimenter le groupe durant plusieurs jours. Le carburant se conserve assez mal dans le temps. Il est donc nécessaire de faire « tourner » son stock tous les 6 mois en utilisant le vieux carburant pour alimenter son véhicule.

<http://pagesperso-orange.fr/silex-mindset>

LE QUOTIDIEN

Il faut s'astreindre à sélectionner des appareils électriques basse consommation. On voit maintenant partout des étiquettes de classement A, B, C concernant la consommation électrique de tel ou tel appareil. Attention à ces lettres, elles ne veulent rien dire et ne vous feront pas gagner d'argent.

Regardez attentivement les consommations respectives en Kwh de deux appareils classés A de la même gamme, vous aurez des surprises.

Là je suis plus dans un souci économique mais quand on calcule le cout en électricité sur une année d'appareils classiques, branchés en permanence, c'est assez impressionnant. Le site d'EDF propose un logiciel de calcul en ligne des coûts électriques de chaque appareil. Jetez-y un œil avant d'acquérir un nouveau frigo

Concernant les ampoules basses consommation, il faut être prudent. C'est peu connu mais elles dégagent un fort champ électromagnétique néfaste pour la santé. Ce champ est quasi nul avec une ampoule standard. Pour réduire la consommation de l'éclairage, il vaut mieux s'orienter sur des ampoules type spot à Led.

5/LA NOURRITURE

Maintenant qu'on a un endroit abrité, chauffé, avec sa réserve d'eau et une installation sanitaire, on peut se poser la question de la **conservation des aliments**. En particulier si le congélateur ou le frigo n'est plus alimenté en électricité. Sans avoir les mêmes performances qu'un appareil électrique, une cave est une bonne solution si elle offre fraîcheur et absence d'humidité. Si on ne dispose pas de cave, on peut aménager un garde manger à l'extérieur de son logement en creusant un trou de 2mètres de profondeur dans son terrain .dans une zone ombragée Il faut ensuite monter des parois de parpaings, tapisser le fond du trou d'une grosse couche de gravier et fabriquer un couvercle hermétique à la pluie, au chaud, au froid et aux nuisibles à l'aide d'isolant. Les denrées à conserver prendront place dans un petit monte charge ou panier muni d'une corde qui facilitera l'accessibilité. Lait, beurre, fromages, et yaourts s'acclimatent très bien de ce type de réfrigérateur archaïque. Il est encore très utilisé en Australie.

Un potager et des arbres fruitiers sont une manne. Il suffit de regarder le prix des fruits et légumes en supermarché pour s'apercevoir à quel point prendre le temps de jardiner peut être rentable pour une autonomie alimentaire minimale.

Pour assurer la conservation longue durée de votre récolte, il faut investir dans un Stérilisateur à bocaux et une grande quantité de bocaux.



6/ L'ETAT D'ESPRIT

Préparer son domicile à une semi-autonomie n'est pas de la parano. C'est de la prudence. Pour cette démarche préparatoire, il faut simplement réfléchir à chacun des gestes que l'on accomplit chaque jours et tenter de trouver une alternative à ceux-ci avec toujours à l'esprit le mot « Autonomie ».

Aujourd'hui, le monde de la consommation exclut totalement cette notion car elle ne produit pas de bénéfice financier. Il est plus utile à une société de vendre un produit qui devra être régulièrement alimenté ou entretenu par un réseau de professionnels de cette société, un produit qui devra s'user rapidement pour être remplacé plutôt que quelque chose de durable et d'autonome. Le but étant de faire de l'argent au détriment du consommateur.

Il faut s'amuser à ce petit jeu qu'est celui de l'autonomie.

Exemple :

On se lève le matin avec un radio réveil branché sur le secteur. Autonomie = 0

Alternative autonome = On remplace ce radio réveil par un réveil mécanique que l'on remonte chaque soir.

Exemple :

Je repasse avec un fer 2000 watts branché sur le secteur. Autonomie = 0

Alternative autonome = je dégote sur une brocante un vieux fer à faire chauffer sur le poêle

Et ainsi de suite.

Certains diront que c'est un retour en arrière, que c'est stupide car l'énergie ne se tarira jamais, que c'est contre le progrès et que c'est sans intérêt.

Ben peut être mais moi je pense que ce que faisaient nos ancêtres et la façon dont ils le faisaient a de l'importance.