

**DE LA MAISON
AUTONOME
A L'ECOFESTIVAL
DE JUILLET 2003**



Visite de la Maison autonome, véritable vitrine de toutes les techniques écologiques appliquées à l'habitat. Des solutions viables et bon marché mais aussi une réflexion : la vraie écologie, c'est aussi et surtout une volonté de renoncer au superflu, gourmand en énergie, pour se recentrer sur l'essentiel, le durable et sans pour autant renoncer au bien-être.

Depuis vingt-cinq ans, notre maison n'est plus raccordée au réseau du service d'eau, ni au tout-à-l'égout. Depuis six ans elle n'est plus raccordée au réseau EDF... à vie ! Nous sommes plus que jamais déterminés. Aujourd'hui, l'expérience commencée il y a une trentaine d'années s'avère d'une actualité brûlante et peut apporter de nombreuses solutions sur de nombreux plans, qu'ils soient d'ordre écologiques, économiques ou sociaux. Notre recherche, jointe à beaucoup d'autres, peut instaurer un mode de vie épanoui, sans engendrer de convoitises, ni de conflits ; elle est un libre-service d'idées, de réflexions et de dialogue. Elle propose d'utiliser la plus formidable et passionnante énergie : celle qui se libère quand on pense par soi-même et qu'on ose vivre sa vie. « Si tu veux aimer la vie : risque-la », Jacques Brel.

Il est moins risqué aujourd'hui de chercher à chaque instant des alternatives concrètes au mode de vie qui nous est imposé, que de continuer comme nous, Français, à consommer deux planètes, ou comme un Américain : cinq planètes. Cette analyse nous impose d'agir en conséquence pour la continuité de la vie sur notre Terre.

Trois fois moins d'électricité pour le même confort !

C'est dans la discrétion de vingt ans d'attentions au quotidien que réside la plus grande innovation de cette expérience. La maisonnée : Maman, Papa, deux gars, deux filles, a divisé sa consommation par trois ! Donc trois à quatre kWh par jour, contre douze pour la moyenne des Français. En effet, **vouloir amener les énergies renouvelables à hauteur de nos gaspillages est une illusion !** C'est pourtant ce que nous cautionnons en voulant maintenir la croissance,

POÊLES DE MASSE

Le chauffage AU BOIS sans la contrainte

PUISSANCES
40 à 100 m²

FINITIONS

- teinté dans la masse
- patine chaux et pigments
- céramique décorée
- terre cuite

FABRICANT ET INSTALLATEUR

MARTIN HIEMSTRA

«PUECH AURIOL» - 81220 PRADES -
TÉL. : 05 63 75 50 63 - 06 62 81 50 63
E-mail : martin@poele.com

3450F126

www.karite.com  **pureté**
PARIS
Intégrale 26 bis rue Traversière 75012 Paris
☎ 01.44.68.03.50 ☎ 01.44.68.03.51

Laboratoire de Bien-être présente
3 mois de beauté
20 mai - 20 août

Collection **Karité 100% Sauvage**
Extrait Traditionnellement Non Raffiné
Bio par nature.
Unique à usages multiples.

Collection **Quintessence**
bio évolution collection,
fusion de: Karité Oléique,
Huiles Végétales de premières
pressions à froid en priorité
certifiées Biologiques, Eaux
Florales certifiées Biologiques,
Huiles essentielles certifiées
Biologiques

Collection **Huiles Végétales de Beauté**
bio évolution collection, Union de:
50% Karité Oléique, 50% Huiles
Végétales de premières pressions à
froid, de priorité certifiées Biologiques

Découvrez nos coffrets d'été et recevez
un échantillon de produit de votre choix offert:

Bronzage
Huile Solaire 125ml A OUB
Fluide Solaire 125ml A OUB
Après Soleil 125ml A OUB

Minceur
Minceur Parfaite (200ml)
Minceur A (125ml)
Minceur B (125ml)

Jambes
Jambes Agiles (125ml) A B
Griffe du Diable (100ml)

Mains et Pieds
Soins des Mains jour (125ml)
Soins des Pieds nuit (125ml)

LES PHOTOPILES

Elles fournissent le complément de l'éolienne à hauteur d'un cinquième de l'énergie. Six mètres carrés de surface (1 200 euros) nous ont permis pendant deux ans d'être autonome d'avril à octobre avant l'avènement de l'éolienne. En effet : du printemps à l'automne, il y a beaucoup de soleil et la consommation domestique est nettement inférieure : moins besoin de lumière, moins de linge à laver, etc. Pour optimiser le rendement, les panneaux suivent le soleil toute la journée et s'inclinent selon les saisons.

donc augmenter en permanence notre consommation.

Aucun politicien aujourd'hui ne propose de ralentir la croissance. Tous parlent de développement durable.

En vingt ans, notre mode de vie atteint le niveau d'un développement vraiment durable car nous consommons un peu moins d'une planète et nous pourrions faire beaucoup mieux si une autre organisation économique nous en donnait la possibilité. Désormais, le devoir de chacun devrait nous amener à :

Hauteur : 18 m
Envergure : 4,60 m
Puissance : 350 watts
Courant : 24 volts en continu

Quantité d'énergie fournie en un an : 1,8 mW

Quantité moyenne d'énergie par jour : 4 à 5 kW

Cette éolienne de faible puissance fournit plus d'énergie qu'une éolienne trois fois plus puissante parce que son temps de fonctionnement est très élevé. Démarrant par faible vent : 2,4 m/s (vitesse de la marche à pied), elle fonctionne plus souvent que les éoliennes classiques, ce qui lui donne deux avantages importants :

- connaître nos dépenses énergétiques,
- évaluer notre « empreinte » imposée à la planète,
- entamer chacun chez soi la **recherche d'un mode de vie qui ne**



- Elle peut s'implanter sur un plus large territoire, dans des zones moins ventées que le bord de mer.
- Fournissant du courant presque tout le temps, le

besoin de stockage (en batteries) est moins important. Une étude de site doit confirmer l'opportunité de son implantation pour prévoir la production annuelle et **ajuster ses besoins à la production.** Son implantation nécessite une demande de permis à construire.

Cette éolienne ayant ses preuves depuis six ans, elle est fabriquée à Missillac, près de Vannes. Son prix sera de l'ordre de 8 000 euros, **soit entre trois à quatre fois moins que ce que donne un compteur EDF** et, qui plus est, sans polluer et sans épuiser les ressources planétaires.

dépasse pas la charge que peut porter la planète.

C'est à nous, habitants de la Terre, de nous adapter aux réalités écologiques. L'équilibre écologique est un maître mot. Vouloir modifier ses lois p...



9 personnes sur 10 sont carencées ...

et vous



Pour le savoir ... Faites votre bilan minéral Grâce à l'analyse de vos cheveux

Pratique + rapide + sans danger aucun + vous connaîtrez précisément votre état minéral : il vous suffit alors de prendre le ou les minéraux dont votre organisme a VRAIMENT besoin !

L'analyse minérale de vos cheveux : une méthode de prévention sérieuse et sans risque faite par un laboratoire spécialisé qui vous garantit un dosage précis et fiable.

Pour recevoir gratuitement une documentation détaillée
Coupon à renvoyer à : BIOLIKE - 524 l'Aiglette Nord - B.P. 309 - 01170 GEX - FRANCE
Tél. : 04.50.28.40.23 - Fax 04.50.41.02.11
E-mail : conseil@biolike.com - site : http://www.biolike.com

Mr Mme Nom Prénom

Adresse :

Code postal : Ville : Pays

Decouvrez plantéo



La nouvelle boisson Sans alcool

Sans sucre rajouté

.....et bienfaitante

Dès la 1ère gorgée, **plantéo** vous étonnera par son goût réellement nouveau.

Bienfaitante et sans sucre rajouté

Plantéo est une boisson bienfaitante grâce aux plantes utilisées* avec seulement 4 kilos calories par litre (20 fois moins que dans un jus de fruit).

Rafraîchissante et sans alcool

Les parfums et les arômes des plantes utilisées se libèrent en fond de bouche pour renforcer la sensation de fraîcheur.

Une gorgée d'originalité

Pétillante et douce, **plantéo** vous accompagne toute la journée : en apéritif, au milieu d'un repas festif, en fin de repas pour faciliter la digestion, avec une pâtisserie, après le sport....

Une boisson élaborée

Plantéo nécessite 4 semaines de macération et d'affinage. Non pasteurisée et sans rajout de CO2, elle bonifie naturellement avec le temps.

Essayez **plantéo**

disponible en 75 et 33 cl dans votre magasin biologique

Pour en savoir plus :

Tél. 03 91 82 67 22 - Email : planteo@aol.com

* en quantité aromatique conformément à la réglementation en vigueur



LES TOILETTES A LITIERES



40 % d'économie d'eau.

C'est la technique la plus représentative du développement durable. Nous mangeons : grâce au recyclage de nos matières fécales nous nous relient physiquement à la Terre. Après compostage, cet humus enrichi retourne au jardin. Nous mesurons notre degré d'amour de la planète par notre enthousiasme (ou répulsion) à l'égard des toilettes à litière : **c'est un baromètre individuel infailible qui va au-delà du « discours » et révèle notre volonté réelle de nous engager dans un développement vraiment durable.**

Et moi, suis-je prêt à cesser de tirer la chasse d'eau qui envoie chaque jour plus de 50 litres d'eau polluée dans les rivières, gaspillant ainsi de l'eau potable épurée à grands frais, et surtout, gaspillant l'humus potentiel de cette « prairie en fleur », comme le disait Victor Hugo, en parlant de nos déchets organiques ?

Deux louches de sciure après chaque passage, vider le récipient une fois par semaine pour six personnes, est-ce si difficile ou compliqué ? Oui, mais y a la ville ! Excellente question qui peut nous amener à réfléchir sur les conditions d'une civilisation durable...

L'efficacité des toilettes à litières utilisées pour les 2 à 5 000 visiteurs lors de nos « écofestivals » est sans comparaison avec ces lieux sordides et écœurants des toilettes chimiques « réglementaires ». La DASS (Direction des affaires sanitaires et sociales) n'est pas loin d'en être convaincue puisqu'elle nous a rendu visite pour étude et information... ce qui nous a inspiré le titre de notre prochain festival fin juillet : « A nous de jouer ! »

satisfaire nos envies est pure utopie.

Quant à nous, si nous n'avions pas commencé par modifier notre manière de vivre, il nous aurait fallu :

- deux fois plus de capteurs solaires
- trois éoliennes
- trois fois plus de surface de photopiles
- trois fois plus de surface pour épurer nos eaux usées
- huit fois plus d'eau potable.

En diminuant notre consommation, nous avons rendu crédibles et reproductibles les techniques alternatives, sans renier en aucun cas ce qui fait l'essentiel de la vie : le bonheur ! Comme si celui-ci était lié au PNB (produit national brut) de la France ! Nous avons dépassé les limites des ressources de la planète depuis 1980. Sommes-nous plus heureux pour autant ?

Mieux et moins

Le vrai problème aujourd'hui est de savoir si les énergies renouvelables vont réellement remplacer les énergies polluantes ou si elles vont augmenter notre capacité de consommation, donc de pollution. Soyons clairs là-dessus. Nos économistes en place ne remettent pas en cause la « croissance ». La pensée et la formation unique des cadres ne les amènent pas à **imaginer que la croissance peut se concevoir autrement que matérielle.**

3399M126



SUN DOG

Cosmétiques
à l'huile de chanvre

- Recette originale d'une femme chaman nord-amérindienne.
- Produits entièrement naturels à base d'huile de chanvre, huile d'avocat et huiles essentielles.
- Fabriqué artisanalement dans les montagnes rocheuses aux Etats-Unis

- % des recettes reversé aux indiens pour la préservation de leur culture.
- 5 produits : savon, baume à lèvres en stick, lotion pour le corps, shampooing et après shampooing.
- Goûts : nature, menthe, patchouli, cèdre, épices, citron, orange-lavande, thé vert.
- Non testés sur les animaux.



Documentation, tarifs et liste des revendeurs sur demande.
l'Ecume des jours, 28 rue Gimelli, 83000 Toulon - Tél : 04.94.92.23.08 de 11 à 18 heures.
Fax : 04.94.91.72.67. - Site : www.alternature.net
Cherchez des magasins revendeurs.

3341M126



Ginseng
herbal cigarettes

STOP AU TABAC

CIGARETTES HONEYROSE

SANS TABAC NI NICOTINE

- Mélange exclusif 100% naturel à base de trèfle des Prés, Guimauve et Pétales de Rose
- Permet de conserver le geste du fumeur pendant le traitement de désintoxication tabagique.
- 7 variétés de cigarettes : spécial (normales), De Luxe (enrichies en miel et jus de pomme), Light (légères), Menthol, Vanille, Ginseng et Clove (clou de girofle), 2 variétés de mélanges à pipe ou à rouler Spécial Smoke Mixture (normales), Farmers Honeyblend (enrichi en miel et jus de pommes).

Documentation, tarifs et liste des revendeurs sur demande.
L'écume des jours, 28 rue Gimelli, 83000 Toulon - Tél : 04.94.92.23.08 de 11h à 18h. Fax : 04.94.91.72.67. - Site : www.alternature.net
Cherchez de nouveaux revendeurs.

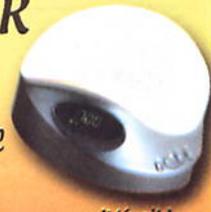
3438F126

SIMULATEUR

de l'Aube

>>> Synchronisez votre Horloge Biologique dès le réveil ...

Catalogue gratuit (sd)
Bienvenue aux revendeurs



- rétablir le rythme sommeil/éveil !
- plus d'énergie au réveil !
- pour un réveil en douceur !
- idéal pour les enfants !

Centre Français de Luminothérapie -
BP 113 - 07131 - SAINT PERAY Cedex
tél: 04 75 81 85 40 - fax: 04 75 81 85 41
info@luminothérapie.com

3112F118



SAINBIOSE

PRODUITS ET MATERIAUX
DE CONSTRUCTION ET FINITION
POUR UN HABITAT SAIN

68 Port Rambaud - 69002 Lyon
Tél. : 04 78 37 16 03
Fax : 04 78 37 25 20
E-mail : sainbiose@wanadoo.fr

- Étude et conseil de construction.
- Stock important 800 m².
- Livraison sur chantier.
- Éco - prix.

Documentation sur demande.

JARDINIER BIOLOGIQUE

3433F126

Nos produits à base de

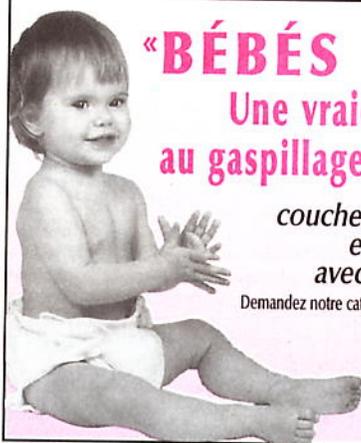
MICRO ORGANISMES EFFICACES
améliorent



la qualité du sol et sert d'engrais de feuillette.

Envoi Des documentations contre 3 timbres au tarif en vigueur :

HECTOR SARL 22a, rue Claire Oster
Produits naturels 57200 Sarreguemines
Tel. : 03.87.95.33.20



« BÉBÉS ÉCOLOS »

Une vraie alternative
au gaspillage et à la pollution

couches en coton lavables
et réutilisables
avec attaches Velcro

Demandez notre catalogue contre 2 timbres au tarifs en vigueur.

FUTAINÉ
Z.A. de Joulieu
09000 St-Jean de Verges
Tél. : 05.61.05.09.62
Fax : 05.61.05.09.63

3386F124

Forum

La croissance de l'écoute, de la convivialité, de la diversité beau et surtout des consciences, reste le plus beau cadeau s'offrir. La simplicité heureuse en serait le fer de lance.

Notre objectif est d'étudier, « en situation », un mode de vie **crédible** afin d'être **reproductible**. C'est un acte technique incarné dans le quotidien qui se propose de jeter les bases d'une alternative à la société industrielle afin de restaurer les écosystèmes et de **proposer un aménagement territorial fondé sur une proximité production-consumation**. Il s'agit d'une reconquête de la maîtrise de nos besoins vitaux : éradiquer le long détour effectué pour boire, manger, construire, épurer, se déplacer, se soigner. Il s'agit surtout de penser et imaginer, en se donnant des compétences, simples et efficaces, et rendre ainsi caduques nombre d'institutions, privées ou étatiques, qui se sont ajoutées à nos vies et à nos responsabilités. Cet abandon de nos maîtrises individuelles, phénomène récent, a ouvert la voie d'une **complication technologique** qui s'est rendue indispensable et qui a pour conséquence deux conséquences majeures : **la perte de notre autonomie de production et la crise écologique**.

Simplifier la vie, c'est aussi lui donner du sens, reprendre le goût de vivre. C'est dissiper la boulimie de la consommation et aménager la transition d'une croissance « matérielle » vers une croissance des consciences. C'est la visée de notre expérience.

■ Patrick Baro

Extraits de son livre : « De la maison autonome à l'économie solidaire » autoédition chez La Maison autonome, 18,30 € port inclus.

Paris - Lyon - Lausanne

ÉCOLE SUPÉRIEURE DE MÉDECINE CHINOISE

Formation complète en
Acupuncture, Pharmacopée, Massage,
Diététique, Qi Gong.

STAGES EN CHINE

Cours issus des universités des états de Chine
Dirigés par le professeur MAFAN

Shao Yang, 96, rue de la Part Dieu, 69003 Lyon, France
Tél. 04.78.60.47.56 - Fax 04.78.60.91.72
E.mail: mafanshao@aol.com • http://www.shaoyang.fr

469M121

LUMBIO

nouveauté
Lampe compacte
électronique 15W et 23W

- spectre lumineux plein jour
- 80% d'économie d'énergie
- Envoi de documentation contre 3 timbres au tarif en vigueur

HECTOR SARL Produits naturels
22 a, rue Claire Oster • 57200 Sarreguemines • tel. 03 87 95 33 20

3^{EME} ECOFESTIVAL ET UNIVERSITE D'ETE

26 - 27 JUILLET 2003

Le troisième écofestival se déroulera autour de la Maison autonome à Moisdon-la-Rivière (Loire-Atlantique). Il rassemblera plus d'une centaine d'exposants autour de thèmes : énergies renouvelables, de l'habitat, de la gestion rationnelle de l'eau, de l'alimentation de la santé et de l'éducation. Tout ceci dans l'ambiance habituelle de musique « sans haut-parleur », de spectacles, danses et rencontres multiples. Le festival se poursuivra par l'université d'été.

Le dernier jour, l'écofestival offre l'espace à ceux qui souhaitent partager leurs richesses sous forme d'interventions, d'ateliers ou de spectacles. Fête et convivialité, communication, rigueur, et passage à l'acte ! **Amusez-vous de jouer !**

Université d'été sur place les 28 et 29 juillet
Partenaires : Cohérence (110 associations), Terre vivante, La maison écologique, Creee, Radio Loire Océan, ville de Châteaubriant.

CONTACT

Heol - La Maison autonome,
Route de Louisfert, 44520 Moisdon-la-Rivière,
tél./fax : 02.40.07.63.68, mél : heol@waika9.com,
site : www.heol.org.