

CONTEXTE

Ce projet de publication est porté par l'association Frugalité heureuse et îlot formation afin de promouvoir des projets qui ont des approches transversales et frugales sur la région Occitanie. Il fait suite à un projet déjà réalisé dans la région Grand Est avec la publication d'un ouvrage présentant des exemples inspirants sur l'architecture frugale, accompagnés des citations de grands témoins. Cet ouvrage, qui recense 20 projets frugaux, a été réalisé par un ensemble de partenaires locaux. C'est grâce aux précommandes de chaque partenaire qu'il a pu être financé à hauteur de 10 € l'unité.

Le projet de publication pour la région Occitanie se fera dans la même collection que celle de la région Grand Est.

PRESENTATION DE L'OUVRAGE

Format

Format A4 - 90 pages environ

Prix de vente : 10 €

Co-édition

Îlot Formation s'est tourné vers ses partenaires régionaux historiques dont les compétences sont un atout pour mettre en œuvre ce projet :

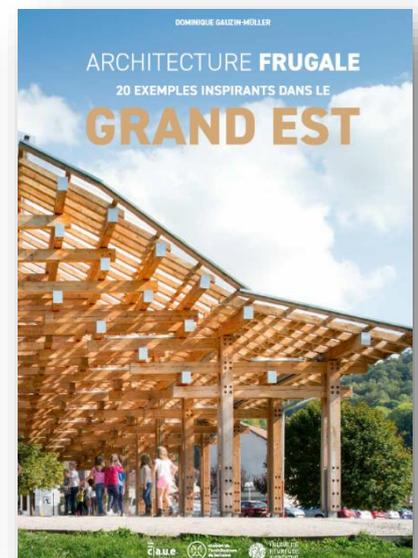
- Frugalité heureuse et créative Occitanie DRAC
- Direction Régionale des Affaires Culturelles
- Conseil Régional de l'Ordre des Architectes d'Occitanie
- Maison de l'architecture Occitanie-Méditerranée
- Maison de l'architecture Occitanie-Pyrénées
- Ecole Nationale Supérieure d'Architecture de Toulouse
- Ecole Nationale Supérieure d'Architecture de Montpellier
- Les CAUE d'Occitanie
- Envirobat Occitanie
- AMO - Architecture et Maîtres d'Ouvrage Occitanie
- Midi-Pyrénées Fibois Occitanie

Impression

Environ 2 000 exemplaires précommandés seront nécessaires pour financer la production et parution de l'ouvrage.

Diffusion

Grand public, élus, collectivités territoriales, maîtres d'ouvrage, jeunes architectes qui prêtent serment...



Exemple Couverture ouvrage Région Grand Est



TRANSFORMATION D'UNE ANCIENNE LAVÈRE EN HABITATION À EPINAL, VOSGES
Maîtres d'ouvrage : privée - Maîtres d'œuvre : Bagard & Lemaire architectes - 2012

ARCHITECTURE FRUGALE 20 EXEMPLES INSPIRANTS DANS LE GRAND EST

SOMMAIRE

- 8 - LA CONSTRUCTION FRUGALE, MATIÈRES ET MANIÈRES**
par Jean-Claude Bignon
- 14 - FRUGALITÉ EN SOL**
 - 16 - Boulangerie rurale à Avricourt
 - 18 - Refuge et espace culturel à Saint-Maurice-sous-les-Côtes
 - 20 - Siège du Syccoparc à La Petite-Pierre
 - 22 - Réhabilitation en cœur de ville à Joinville
 - 24 - Dix maisons pour seniors à Batilly
- 28 - FRUGALITÉ EN MATÉRIAUX**
 - 30 - Maison de santé à Audun-le-Roman
 - 32 - La Villa à Dehlingen
 - 34 - L'Arche à Manom
 - 36 - Halle polyvalente à Ancy-Dornot
 - 38 - Domaine viticole Achillée à Scherwiller
- 44 - FRUGALITÉ EN ÉNERGIE**
 - 44 - Maison alsacienne à Zittersheim
 - 46 - Maison rurale à Maron
 - 48 - Habitat social rural à Plainfaing
 - 50 - Plateforme handicap à Diemerdingen
 - 52 - Cité scolaire Charlemagne à Attigny
- 54 - NOUVEAUX PROCESSUS**
 - 58 - Making Hof à Strasbourg-Cronenburg
 - 60 - Musée du sabotier à Soucht
 - 62 - Boulangerie bio Turtupain à Sallès
 - 64 - Collège Elsa-Trioleit à Thon-les-Vosges
 - 66 - Maison des enfants à Tendon
- 70 - GROUPE FRUGALITÉ ALSACE**
Par François Lermann
- 72 - GROUPE FRUGALITÉ LORRAINE**
Par Christophe Auberlin, Florent Collin, Xavier Géant, Caroline Leloup, Emilie Lemoine, Marc-Olivier Luron
- 74 - ON SE RACONTE DES HISTOIRES**
par Marc Verdier

34 MAISON DE SANTÉ FRUGALITÉ EN MATÉRIAUX AUDUN-LE-ROMAN, MEURTHE-ET-MOSELLE

MAÎTRISE D'OUVRAGE
Communauté de communes Cœur du Pays-Haut

PROGRAMME
Maison de santé pluridisciplinaire

LIVRAISON 2019

SURFACE UTILE 790 m²

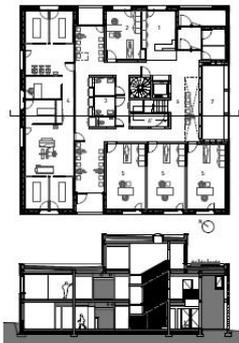
COÛT DES TRAVAUX 1 600 000 € HT

MAÎTRISE D'ŒUVRE
Benoît Sindi et Élodie Nicolas, collectif Studiotsid (architectes), Barmes Bois (BE structure), Fluid Concept (BE fluides), BTP consulting, François Brun (contrôleur technique), SC Franca (CCP)

ENTREPRISES
SANA (serrassement), CEP (gros-œuvre), Labras frères (charpente bois), SNBR (vitrerie pierre), ETTEC (couverture, charpente), Boncher (menuiserie bois-alu), Camus (plâtrerie), Virgil (plomberie sanitaire), Lormisc (électricité), Laresse Krupa (chauffage et ventilation), Europ revêtements (revêtement de sol et mur), Anouk peinture, Oris (ascenseur), Eclair de (plomberie à l'air)

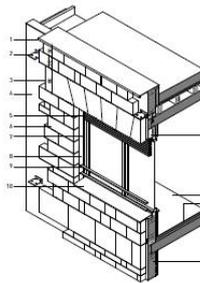
« Notre maison de santé pluridisciplinaire est très chaleureuse, tant pour les praticiens que pour les usagers. C'est une vraie «carte de visite» pour attirer de futurs collègues, rapidement conçus par l'espace et l'esthétique. »

Joseph Amendolea
kinésithérapeute



Cette maison de santé, qui regroupe plusieurs professionnels (médecine générale, kinésithérapie, orthophonie), répond aux besoins des habitants d'Audun-le-Roman et des vingt-cinq communes alentour. Le bâtiment s'é élève sur trois niveaux, afin de limiter l'emprise au sol au centre du bourg, et le volume est compact pour atteindre les objectifs d'un bâtiment passif. L'élégante façade est en pierre de Sébastopol, un calcaire doré à grain fin. Les blocs appareillés, d'une épaisseur de 15 cm, constituent des murs autoporteurs, stabilisés contre

les efforts du vent par une ossature en bois remplie de 20 cm de laine minérale. Contrairement aux minces parements en plaques habituels, cette solution innovante préserve les avantages de la pierre massive (pérennité, inertie et déphasage thermique) tout en limitant le volume de matière mis en œuvre. Côté sud, le cloître au centre de la façade en pierre filtre les rayons du soleil. Bien que la maison de santé ne soit pas climatique, aucune surchauffe n'a été observée, même en période de forte chaleur.



PLAN DU REZ-DE-CHAUSSÉE
C-COÛTRE

1. Accueil
 2. Cabine supplémentaire
 3. Serrassement
 4. Kinésithérapie
 5. Médecine générale
 6. Espace cuisine
 7. Loggia
- DETAIL DE CONSTRUCTION D'UNE FENÊTRE TYPE**
1. Couverture
 2. Fermeture de reprise castrée sur ossature
 3. Plaque bande
 4. Ossature APT ép. 15mm
 5. Brise soleil ISO
 6. ossature
 7. Rail du ISO
 8. Cadre métallique
 9. Gardé-corps métallique
 10. Barrière minérale
 11. Caillou du ISO
 12. Sol en bois
 13. Chape
 14. isolation
 15. Dalle en CLT ép. 238 mm
 16. Mur ossature bois + isolant ép. 200 mm



Bon de précommande

ADRESSE DE FACTURATION	
Nom de la structure	
Adresse postale	
Nom	
Prénom	
E-mail	
Téléphone	

Je soussigné(e) **NOM Prénom**, en tant que représentant(e) de **Nom structure**, souhaite commander **X** exemplaires de l'ouvrage « *Architecture Frugale 20 exemples inspirants en Occitanie* » dans le cadre de la commande groupée au tarif unitaire de 10€ par ouvrage.

Je règle :

- Par chèque à l'ordre d'îlot formation
 Par virement

Nombre d'exemplaires	Prix unitaire	Prix total
	10,00 €	€

Fait à Toulouse le

Signature

Merci de signer et nous retourner ce bon de précommande par voie postale à l'adresse suivante :

Îlot Formation,
37 bis rue Roquelaine,
31000 Toulouse

Ou par mail à contact@ilotformation.com

Pour tout règlement par virement bancaire :
IBAN : FR76 3005 6009 4909 4901 3993 846
BIC : CCFRFRPP
Domiciliation : Toulouse