

# SOMMAIRE

## 1 PRINCIPES 4

- A. Isolation thermique 4
- B. Isolation phonique 9

## 2 LES DIFFÉRENTS ISOLANTS 14

## 3 ISOLATION DES COMBLES 23

- A. Par où commencer ? 23
- B. Combles perdus 24
- C. Combles aménagés 32

## 4 ISOLATION DES MURS 41

- A. Sous ossature métallique 41
- B. Derrière une contre-cloison 54
- C. Complexe de doublage collé 59
- D. Maison à ossature bois 67

## 5 ISOLATION DES CLOISONS 74

- A. Isolation simple 74
- B. Isolation double couche 79

## 6 LES ISOLANTS MINCES 81

- A. Principes 81
- B. Pose sous chevrons 82
- C. Pose murale 95