

La **laine de bois** apparaît comme le choix idéal grâce à son excellente performance thermique, sa régulation hygrométrique et son faible impact environnemental.

Le **chanvre** offre également de très bonnes propriétés isolantes et contribue à améliorer la qualité de l'air intérieur.

Les isolants minéraux comme la **laine de verre** et la **laine de roche** ont été écartés en raison de leur moindre impact environnemental.

Isolant naturel	Pourquoi ce choix ?	Avantages	Inconvénients
Laine de bois	Matériau naturel, renouvelable et recyclable. Excellente isolation thermique et acoustique. Régulation hygrométrique.	Très bonne performance thermique, bonne isolation phonique, sain pour la santé, bon confort d'été.	Peut être plus coûteux que certains isolants minéraux, nécessite une protection contre l'humidité pour les zones humides.
Ouate de cellulose	Isolant fabriqué à partir de papier recyclé. Très bonne isolation thermique et acoustique. Régulation hygrométrique.	Excellent rapport qualité/prix, très bonnes performances thermiques et acoustiques, sain pour la santé.	Peut être plus sensible à l'humidité que la laine de bois, nécessite une pose par soufflage.
Chanvre	Isolant à base de fibres de chanvre. Très bonne isolation thermique et acoustique. Grande capacité de stockage de CO ₂ .	Très bon confort d'été, très bonne isolation acoustique, matériau sain et durable.	Peut être plus cher que la laine de bois ou l'ouate de cellulose, nécessite une mise en œuvre spécifique.
Laine de verre	Isolant économique et performant, facile à mettre en œuvre.	Très bon rapport qualité/prix, bonne isolation thermique et phonique, légèreté, facile à mettre en œuvre.	Sensible à l'humidité, peut provoquer des irritations cutanées ou respiratoires lors de la manipulation (nécessite des équipements de protection individuelle).
Laine de roche	Isolant stable et résistant, idéal pour les environnements difficiles.	Très bonne résistance au feu, imputrescible, bonne stabilité dimensionnelle, bonne isolation phonique.	Moins économique que la laine de verre, peut être plus dense et plus difficile à mettre en œuvre.