

Comment isoler des murs intérieurs ?

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

DÉBUTANT



CONFIRMÉ



EXPERT



CAISSE À OUTILS

- Un mètre
- Un marteau
- Un cordeau à poudre
- Un crayon
- Un fil à plomb
- Un niveau à bulle
- Une perceuse/visseuse
- Une perceuse à percussion
- Un couteau pour isolant
- Un cutter
- Une cisaille **ou** une scie à métaux
- Une pince à sertir
- Un pistolet extrudeur
- Un large couteau à enduire

MATÉRIAUX NÉCESSAIRES

- Des rails
- Des montants
- Du ruban adhésif large
- De l'isolant
- Des plaques de plâtre
- Des vis pour plaques de plâtre
- Du joint mastic
- Du calicot
- De l'enduit à joint

Respectez toujours les consignes d'utilisation et de sécurité figurant sur la notice du produit.

INTRO

Confort, économies d'énergie, on a tout à gagner à se mettre aux nouvelles normes d'isolation. Des travaux qui rapportent.



VOUS n'êtes jamais seul !

l'assistance

téléphonique **0810 634 634**
N°Azur (prix d'un appel local), 7j/7 de 8h à 19h.

VOUS n'êtes pas bricoleur ?

la pose

et l'installation à domicile

LEROYMERLIN
...et vos envies prennent Vie!

Votre réalisation en 4 étapes

1

Comment installer l'ossature ?

■ Traçage au sol

Près de chaque angle de mur, tracer sur le sol un petit trait de crayon à une distance correspondant à l'épaisseur de votre doublage complet, isolant inclus. Marquez cette ligne de pose du rail au cordeau à poudre.

■ Traçage au plafond

Avec un fil à plomb, repérez la ligne de pose du rail de lisse haute sur votre plafond. Tracez au cordeau à poudre.

■ Fixer les rails

Sur un sol en béton, utilisez des chevilles traversantes que vous fixerez tous les mètres. Au plafond, adaptez la fixation à la nature du support. Là aussi, fixez tous les mètres.

■ Les montants

Les montants s'installent dans le profil en U des rails des lisses hautes et basses. Mesurez la hauteur entre les fonds de ces profilés et retranchez 1 cm pour obtenir la hauteur de vos montants. Recoupez avec une cisaille ou à la scie à métaux.

Les montants sont conçus pour s'ancrer dans les rails par rotation d'un quart de tour. Tenez le montant avec le fond du profilé en U vers vous. Engagez le bas puis le haut du montant dans les rails et tournez d'un quart de tour pour ancrer. Plaquez le niveau à bulle sur le côté pour vérifier l'aplomb.

Pour maintenir en place les montants dans les rails, utilisez une pince à sertir. Actionnez la poignée pour faire traverser le poinçon.

2

Comment poser l'isolant ?

■ Découper les lés

Relevez la hauteur sol-plafond et ajoutez 1 cm pour obtenir la longueur de vos lés d'isolant. Découpez avec un couteau pour isolant.

■ Commencer la pose

Pour maintenir l'isolant en place, il est préférable de poser les lés à mesure de la mise en place des montants. Placez le premier lé contre le mur et bloquez le provisoirement avec un autre montant.

Les montants d'ossature se fixent tous les 60 cm. Pour raidir la contre-cloison, sans ajouter d'entretoise d'appui, il suffit de doubler les montants suivants en les installant par deux, dos à dos. Vissez-les avec des vis autoforeuses.

Entre deux lés d'isolant, pontez la liaison avec du ruban adhésif large afin de renforcer l'étanchéité à l'air.

3

Quelle solution pour les ouvertures ?

En présence d'une fenêtre, arrangez-vous pour placer un montant de chaque côté de l'ouverture.

Pour la partie haute et basse, placez des montants intermédiaires coiffés par un rail maintenu en place par sertissage.

4

Comment installer le doublage ?

■ Fixer les plaques

Vissez vos plaques de plâtre une à une, au niveau des montants. Ménagez un espace de 10 mm avec le sol en plaçant des cales.

■ Comment découper une plaque

Pour couper une plaque à vos mesures, placez-la au sol et guidez vous avec une règle de maçon pour trancher la ligne de coupe au cutter. Relevez ensuite délicatement la plaque sur chant, trait de coupe vers vous et poussez l'un des côtés de la plaque pour qu'elle se casse net. Reste alors à passer derrière la plaque et à trancher la face cartonnée au cutter et le tour est joué.

BON À SAVOIR

Ne placez pas côte à côte un bord aminci et un bord coupé. Arrangez-vous pour que le bord coupé soit toujours côté mur de retour ou plafond.

Les plaques fixées, réalisez un joint de mastic pour assurer l'étanchéité entre le sol et le bas des plaques.

■ Faire les joints

Appliquez de l'enduit pour joints entre les bords amincis, poser dessus une bande de calicot humidifié et marouflez pour faire adhérer. Repasser le lendemain une bonne couche d'enduit que vous lisserez avec un large couteau à enduire.

Bien isolés, habillés de la finition de votre choix, les murs conservent la chaleur ambiante. Réduction de la facture de chauffage garantie !

VOUS n'êtes jamais seul !



VOUS n'êtes pas bricoleur ?



LEROY MERLIN
...et vos envies prennent Vie!