

# 0 € de facture

Les premiers pas vers l'autosuffisance énergétique  
**Björn DUVAL**

**Comment se chauffer et produire son gaz et son électricité soi-même afin de ne plus avoir de factures d'énergie et gagner en autonomie.**

L'auteur est convaincu que **l'un des piliers de la vie en autonomie, c'est l'énergie !** Elle est nécessaire pour se chauffer, s'éclairer, se déplacer... C'est aussi un besoin social : elle permet d'échanger avec les autres grâce aux ordinateurs, aux téléphones, etc.

Mais elle a un coût. Après le logement, c'est le plus gros poste de dépenses des foyers français. L'auteur nous montre que contrairement aux idées reçues, ce besoin peut être gratuit... ou presque.

**Pour cela, ce livre nous apprend à être capable de produire nous même l'énergie nécessaire aux cinq grands besoins du quotidien : le chauffage, la cuisson, l'éclairage, le fonctionnement des appareils électriques et le transport.**

Ce guide pratique riche en conseils apportera au lecteur des solutions pour réduire drastiquement sa consommation d'énergétique : techniques alternatives, équipements peu onéreux tutoriels pour fabriquer son propre matériel...

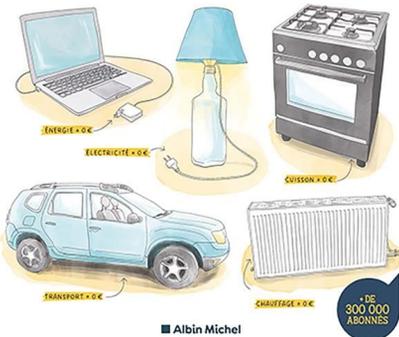
Un ouvrage richement illustré avec une douzaine de fiches méthode (pas à pas illustrés), des schémas, des dessins et de très nombreuses photos.

**Björn Duval** est le créateur de la chaîne YouTube « **Vivre sans argent** » (263 k abonnés) et l'auteur de *Vivre sans argent, les premiers pas vers l'autosuffisance* (Albin Michel, 2022, 13 k vendus source GfK). Björn est aujourd'hui autonome dans tout ce qui peut assurer ses besoins vitaux, et il produit une large partie de l'énergie qu'il consomme. Il habite dans sa ferme, en Franche-Comté.

## Relations presse :

Elya Cohen-Journo – elya.cohen-journo@albin-michel.fr – 06 47 05 28 43

BJÖRN DUVAL  
 @VivreSansArgent  
**0€ DE FACTURE**  
 ..... LES PREMIERS PAS VERS .....  
 L'AUTOSUFFISANCE ÉNERGÉTIQUE



■ Albin Michel

Parution : Janvier 2024  
 17.90 € - 192 pages