

-	Introduzione	pag. 10
●	PARTE PRIMA - VENTI DOMANDE E GLOSSARIO	
-	Venti domande frequenti	pag. 18
1.	Perché tante case sono poco confortevoli e di difficile manutenzione?	pag. 21
2.	E' vero che la casa può nascondere rischi per la salute?	pag. 22
3.	Quali sono i principali inquinanti a cui siamo soggetti in casa?	pag. 22
4.	Cos'è esattamente una "casa ecologica"?	pag. 25
5.	Una casa ecologica è molto costosa?	pag. 25
6.	Quali sono i principali criteri da seguire per costruire una casa ecologica?	pag. 26
7.	Quali sono le caratteristiche migliori che dovrebbero avere i materiali?	pag. 31
8.	Quali sono i materiali consigliati per costruzioni e finitura?	pag. 31
9.	Perché è meglio scegliere materiali del luogo?	pag. 33
10.	E' davvero ecologico l'uso del legno?	pag. 34
11.	Cosa vuol dire progettare "con il clima" o in modo bioclimatico?	pag. 35
12.	E' possibile rinfrescare le abitazioni rinunciando all'aria condizionata?	pag. 37
13.	Come si sceglie il migliore impianto di riscaldamento ?	pag. 39

14. Che differenza c'è fra i sistemi di riscaldamento "a irraggiamento" e quelli "a convezione"?	pag. 41
15. Cos'è e a cosa serve il Feng Shui?	pag. 42
16. Quali sono i consigli per l'esecuzione degli impianti e in particolare riguardo all'inquinamento elettromagnetico?	pag. 45
17. Ci sono altri consigli per risparmiare?	pag. 49
18. Estendendo il concetto di risparmio, quali sono i comportamenti da adottare per avere una casa più sana e uno stile di vita più ecologico?	pag. 52
19. Stanza per stanza, quali sono i suggerimenti particolari?	pag. 54
20. Che ruolo possono avere le piante?	pag. 71
- Glossario	pag. 72

● PARTE SECONDA - 100 PROGETTI

- Come interpretare i suggerimenti	pag. 132
- Come leggere i progetti	pag. 156
1. Mono e bilocali	pag. 164
2. Appartamenti di tre e quattro locali	pag. 180
3. Appartamenti oltre i quattro locali	pag. 298
4. Abitazioni su due piani	pag. 360
5. Suddivisioni in due unità abitative	pag. 376
- Bibliografia consigliata	pag. 392
- Fonti iconografiche	pag. 394