

Formation à destination des particuliers et professionnels

Auto-construction ossature bois et isolation biosourcée

PUBLIC : Particuliers auto-constructeurs, professionnels du bâtiment

PREREQUIS : Pas de prérequis particulier

DATES : 12 au 16 mai 2026

DUREE : 5 jours, soit 35 heures

HORAIRES : 9h - 17h

LIEU(X) : sur chantier réel, Polliu (Ain, 1h30 de Lyon, 1h Chambéry et Annecy)

TARIF :

Entreprise : 1 225 € net de taxes (soit 245 € par jour)

Particulier ou demandeur d'emploi : 700 € net de taxes (soit 140 € par jour)

Plusieurs dispositifs de financement sont accessibles pour les professionnels en activité (via les OPCO) et les demandeurs d'emploi. Cette formation n'est pas finançable par le compte CPF.

CONTACT :

Pôle Former :

09 70 70 00 93 – former@oikos-ecoconstruction.com

INSCRIPTIONS ET MODALITES D'ACCES :

RDV sur notre page web, rubrique [inscriptions, informations pratiques et accessibilité](#)

Pour toute question liée à une situation de handicap, n'hésitez pas à contacter notre Référente Handicap, Camille LEGROS, au minimum deux semaines avant le début de la formation, afin d'étudier les possibilités de compensation disponibles. 09 70 70 00 93 - former@oikos-ecoconstruction.com

FOURNITURE(S) A PREVOIR :

Matériel de prise de note, calculatrice, vêtements de travail, équipement de sécurité (lunettes de protection, chaussures, gants....)

OBJECTIFS :

- ✓ Concevoir une ossature bois d'une maison individuelle dont dalle bois et parois murales (dimensionnement structure, calepinage, assemblage)
- ✓ Déterminer la performance thermique et gestion de la vapeur d'eau
- ✓ Caractériser ces besoins en matériaux
- ✓ Mettre en œuvre ces techniques de construction
- ✓ Organiser son chantier

CONTENU PEDAGOGIQUE :

A l'occasion de ce stage, vous alternerez entre temps théoriques, mise en œuvre pratique et temps de questions-réponses avec le formateur

Jour 1 :

La conduite de projet (concevoir/collaborer avec l'architecte)

Atelier pratique : réceptionner la maçonnerie et organiser son chantier

Jour 2 :

Concevoir un plancher et une paroi

Atelier pratique : assemblage d'un caisson

Jour 3 :

Ossature bois, structure poteau-poutre

Pratique sur chantier réel (selon possibilité)

Jour 4 :

Conception et atelier pratique : isolation, étanchéité à l'air et à l'eau

Jour 5 :

Couverture

Besoins en chauffage, ventilation

Budget

MODALITES PEDAGOGIQUES ET EVALUATION :

Alternance d'apports théoriques et de mise en œuvre pratique

Test d'évaluation écrit en fin de formation

INTERVENANT(S) :

Emmanuel DERAGNE, Formateur en construction bois - Assistance technique à Maitrise d'Ouvrage



Oïkos : la Maison, son Environnement

Siège social : 60, chemin du Jacquemet – 69890 La Tour de Salvagny

Siège administratif et de formation : 117 rue Pierre Passemard, 69210 L'Arbresle

09 70 70 00 93 – info@oikos-ecoconstruction.com

www.oikos-ecoconstruction.com

N° Siret : 41749575100071 - Organisme de formation enregistré sous le n° 82.69.09010.69

Oïkos est une association subventionnée par le Fonds Européen de développement régional



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes



Cofinancé par
l'Union européenne

Auto-construction ossature bois et isolation biosourcée

PROGRAMME DETAILLÉ

La répartition des journées pourra être modifiée en fonction des besoins du groupe

Jour 1 : Conduite de projet

Accueil - Présentation d'Oïkos et tour de table des attentes des stagiaires

- ✓ Concevoir/collaborer avec l'architecte
- ✓ Permis de construire / études obligatoires
- ✓ Approvisionner son chantier : bois, panneaux
- ✓ Le matériau bois : caractérisation, commande
- ✓ Atelier pratique : réceptionner la maçonnerie/implanter
- ✓ Atelier pratique : organiser son chantier

Jour 2 et 3 : Structure en ossature bois

- ✓ Concevoir un plancher bas : dalle bois
- ✓ Plancher intermédiaire : solivage et panneautage
- ✓ Concevoir les parois murales
- ✓ Contreventement des parois
- ✓ Chantier : moyens logistiques et outillage
- ✓ Structure poteau-poutre : conception, exercices
- ✓ Atelier pratique : Préparation et assemblage d'un caisson d'ossature
- ✓ Atelier pratique : aplombs, chaînage et refends

Jours 4 et 5 : composition des parois et fonctionnement thermique et hygrométrique du bâti, points singuliers et logistique de chantier

- ✓ Conception / calepinage / remplissage isolant
- ✓ Performance thermique / besoin de chauffage
- ✓ Fonctionnement hygrométrique des parois : vapeur d'eau, perméance
- ✓ Étanchéité à l'air / ventilation
- ✓ Intégration des menuiseries : étanchéité à l'eau, pare-pluie
- ✓ Support de couverture / toiture
- ✓ Atelier pratique : remplissage laine, étanchéité à l'air, contre-ossature
- ✓ Atelier pratique : mise en œuvre membranes et adhésifs
- ✓ Budget enveloppe (hors second œuvre)

