

## INITIATION À LA CONSTRUCTION ÉCOLOGIQUE

### Descriptif

La construction écologique est un enjeu de premier ordre pour l'adaptation des sociétés aux problématiques de changement climatique et de crise énergétique. Nous décrivons au cours de la formation les principes et techniques utilisés en éco-construction, ainsi que la diversité des natures de matériaux et leurs conditions d'usage.

La compréhension des notions fondamentales d'isolation, d'inertie thermique, de respiration et de perspiration nous aidera à saisir les conditions nécessaires à la construction d'habitats sains, économes et offrant un confort de vie optimal. Forts de ces acquis, nous pourrions aborder les questions d'éco-rénovation et du choix, selon les techniques utilisées, entre une construction clef en main ou auto-construite. Enfin, nous aborderons la question des normes et réglementations à respecter (RT 2020, DTU, permis). Des temps d'ateliers pratiques et de démonstrations alterneront avec le contenu théorique.

### Conditions d'inscription

Pour vous inscrire, vous devez :

1/ Adhérer à Alter'éco 30 (si ce n'est déjà fait). Pour cela, vous il suffit au choix :

- De compléter et de nous envoyer le bulletin d'adhésion (page 3), avec un règlement par chèque (**10€/année civile**) à l'ordre d'Alter'éco 30 (distinct du montant du stage).
- Ou vous rendre sur [notre page HelloAsso](https://www.helloasso.com/associations/alter-eco-30) : <https://www.helloasso.com/associations/alter-eco-30>, et suivre les étapes d'adhésion (règlement par Carte Bleue).

2/ Vous inscrire à la formation en complétant et en nous retourner le coupon d'inscription ci-dessous, accompagné d'un chèque d'arrhes équivalent à 50% du tarif selon votre situation (voir la rubrique Tarifs ci-dessous).

Pendant les formations, des solutions d'hébergement sont disponibles sur place : emplacements camping, lits simples en dortoir ou dans un gîte. Pour connaître les disponibilités et tarifs, nous contacter par mail.

### Tarifs

Tarif "Particuliers" (Auto-financement) : 120 €

Tarif "Particulier solidaire" (Étudiants, bénéficiaires du RSA) : nous contacter

Tarif "Structure" (formation financée tout ou partie par une structure : employeur, OPCA, Pôle Emploi, autre) : 240 €.

### Conditions d'annulation

À compter de la date de réception des arrhes, le stagiaire a un délai de 10 jours pour se rétracter. Au-delà, les arrhes ne seront plus remboursées (voir CGV).

### Contact & renseignements

Bruno Lorthois : 06 60 71 46 91 / altereco30@gmail.com / [www.altereco30.com](http://www.altereco30.com)

### Dates de formation (au choix) :

ve 27 - sa 28 novembre 2020 OU ve 16 - sa 17 avril 2021 OU ve 23 - sa 24 juillet 2021

### *Coupon d'inscription - Initiation à la construction écologique*

À retourner par voie postale à : Alter'éco 30, 1617 chemin des canaux, 30600 Vauvert.

Nom, prénom : .....

Adresse postale : .....

Mail (en majuscules), Tél : .....

**Dates du stage :** .....

Je certifie :

- Avoir pris connaissance et accepter l'ensemble des dispositions relatives à la formation : programme, Conditions Générales de Vente, livret d'accueil et règlement intérieur (téléchargeables sur la page "Stages" du site altereco30.com).
- Être adhérent(e) de l'association Alter'éco 30.
- Disposer d'une assurance responsabilité civile à jour pendant la durée de la formation.
- À ce coupon d'inscription, je joins le chèque de paiement des arrhes (50% du tarif de la formation).
- J'adhère à Alter'éco 30 (bulletin d'adhésion + règlement de 10€ par chèque ou via HelloAsso).

Le ...../...../..... À .....

Signature



## PROGRAMME

# INITIATION À LA CONSTRUCTION ÉCOLOGIQUE

L'accueil aura lieu le premier jour de 8h30 à 9h00.

## 10UR 1

### *Matin (9h00)*

- \* Tour de parole : présentation, attentes et projets
- \* Présentation du formateur, d'Échovert et Alter'Éco 30
- \* L'éco-construction dans son contexte : crise énergétique, climatique, sociale
- \* Une démarche de cohérence : bilan énergétique et bilan carbone des cinq postes (construction, fonctionnement, entretien, rénovation, recyclage)
- \* Bien préparer son projet d'auto-construction : mesurer ses besoins réels, ses capacités et ses manques
- \* Des exemples concrets
- \* Enjeux de la démarche d'auto-construction : risques et avantages
- \* 1<sup>er</sup> principe du bioclimatisme : l'inertie et la notion de confort thermique
- \* La terre, un matériau de choix : avantages et usages (enduits, adobes, briques de terre compressée, pisé, terre-paille banché, etc.)

### *Repas et pause (12h30 à 13h30)*

### *Après-midi (13h30 à 17h00)*

- \* 2<sup>ème</sup> principe du bioclimatisme : l'isolation
  - le coefficient d'isolation
  - les matériaux isolants : caractéristiques et mise en oeuvre (paille, laine de bois, de cellulose, de mouton, copeaux...)
  - besoins thermique annuels des habitats et apports solaires
- \* 3<sup>ème</sup> principe du bioclimatisme : transfert et captage thermique
- \* La stratégie bioclimatique : captage, stockage, séquestration
- \* Le captage solaire passif : moyens et protections
- \* Le captage solaire dynamique
- \* 4<sup>ème</sup> principe du bioclimatisme : respiration et perspiration
- \* Ateliers pratiques et démonstratifs : adobe, paille-terre banché, enduit terre-paille

*Possibilité de soirée (21h) : Projection – débat (participation facultative)*

## 10UR 2

### *Matin (9h00)*

- \* Les grandes techniques de construction : ossature bois, poteaux-poutres, brique monomur, paille porteuse et autres
- \* Des matériaux industriels aux matériaux bruts
- \* Les différents types de soubassement ; quelle nécessité de faire une étude de sol ?
- \* Les structures porteuses : explications et démonstrations sur maquettes
- \* Usage de la paille : avantages et inconvénients
- \* Les techniques de construction paille (ossature, poteaux-poutres, GREB, CST, Nébraska, Technique simplifiée d'Alter'Éco30)
- \* Les structures bois : bilan carbone, coûts, durabilité, durée et facilité de mise en oeuvre
- \* Les étapes d'un projet d'auto-construction, de la conception à la réalisation

*Repas et pause (12h30 à 13h30)*

*Après-midi (13h30 à 16h30)*

- \* La normalisation : RT2020, DTU, PLU, la garantie décennale, le permis de construire, le recours à un architecte
- \* L'éco-rénovation : possibilités et limites
- \* L'auto-éco-construction, une expérience unique qui se prépare : formations, chantiers participatifs, accompagnement, réseaux
- \* Exemples d'éco-rénovation et d'éco-construction à Échovert : diaporama et visite commentée

*Bilan du stage (16h30-17h)* : avis, retours des participants-es



### **Alter'éco 30**

Formations à l'autonomie appliquée

Lieu dit « Le moulin des prêtres » ; 1617 Chemin des canaux ; 30600 Vauvert

Association loi 1901 - SIREN 510 373 574

N° d'enregistrement de déclaration d'organisme de formation : 76 300 41 99 30

## **BULLETIN D'ADHÉSION**

Nom :

Prénom :

Adresse :

Commune :

Date de naissance :

Mail :

N° de téléphone (fixe ou portable) :

Je déclare par la présente souhaiter devenir membre de l'association Alter'éco 30.

À ce titre, j'adhère à l'objet de l'association et en accepte les statuts qui sont mis à ma disposition sur le site [www.altereco30.com](http://www.altereco30.com), rubrique « Stages ».

J'ai pris bonne note des droits et des devoirs des membres de l'association, et accepte de verser ma cotisation due pour l'année en cours. Le montant de la cotisation est de 10 euros, payable par chèque (à l'ordre de l'association Alter'éco 30), ou par carte bancaire sur la plateforme « HelloAsso » : <https://www.helloasso.com/associations/alter-eco-30>.

Fait le     /     /     , à

Signature (précédé de la mention « lu et approuvé ») :

*Les informations recueillies sont nécessaires pour votre adhésion. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant au responsable de l'association.*