

FICHE PLANNING ET PLAN D'ACTION

Isolation Thermique DIY 2025

Document de travail personnel - SP Tous Services

Version 2025 - Compatible réglementation en vigueur

PHASE 1 : DIAGNOSTIC ET PRÉPARATION (Semaines 1-2)

DIAGNOSTIC INITIAL

Étape	Action à réaliser	Date prévue	Date réalisée	Notes
	Auto-diagnostic visuel complet	//__	//__	
	- Combles : traces humidité, isolant existant			
	- Murs : température, moisissures, ponts thermiques			
	- Menuiseries : condensation, courants d'air, joints			
	Mesures thermomètre infrarouge	//__	//__	
	- Température murs intérieurs (hiver)			
	- Identification ponts thermiques			
	- Photos avec températures notées			
	Analyse factures énergétiques	//__	//__	
	- Consommation kWh/m ² /an : _____			
	- Coût chauffage annuel : _____ €			
	- Classe DPE estimée : _____			

CALCULS ET ESTIMATIONS

Calcul	Résultat	Outil utilisé
Surface combles à isoler	_____ m ²	Mesure + plan
Surface murs prioritaires	_____ m ²	Calcul façades
Nombre de fenêtres	_____ unités	Comptage
Budget total estimé	_____ €	Calculateur SP
Économies annuelles prévues	_____ €	Simulateur
ROI estimé	_____ ans	Calcul ROI

VÉRIFICATION AIDES FINANCIÈRES

Aide	Éligible ?	Montant estimé	Dossier déposé
MaPrimeRénov'	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	_____ €	//__

Aide	Éligible ?	Montant estimé	Dossier déposé
CEE (Certificats Énergie)	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	_____ €	//__
Éco-PTZ	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	_____ €	//__
Aides locales	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non	_____ €	//__
TOTAL AIDES		_____ €	

PHASE 2 : PLANIFICATION TRAVAUX (Semaines 3-4)

HIÉRARCHISATION PAR PRIORITÉ

Priorité	Zone	Technique choisie	Budget	ROI	Planning
1	Combles	<input type="checkbox"/> Ouate <input type="checkbox"/> LV 300mm <input type="checkbox"/> LDB	_____ €	__ ans	//__
2	Fenêtres	<input type="checkbox"/> Remplacement <input type="checkbox"/> Survitrage <input type="checkbox"/> Films	_____ €	__ ans	//__
3	Murs	<input type="checkbox"/> ITI LV <input type="checkbox"/> LDB <input type="checkbox"/> Chanvre	_____ €	__ ans	//__
4	Sols	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Non <input type="checkbox"/> Plus tard	_____ €	__ ans	//__

COMMANDES MATERIAUX

Fournisseur	Matériaux	Quantité	Prix/unité	Total	Livraison
TOTAL MATERIAUX			_____ €		

LOCATION OUTILLAGE

Outil	Durée	Fournisseur	Prix	Date réservation
Souffleuse isolation	__ jours		_____ €	//__
Niveau laser	__ jours		_____ €	//__
Échafaudage	__ jours		_____ €	//__
Autres : _____	__ jours		_____ €	//__

PHASE 3 : EXÉCUTION TRAVAUX

ISOLATION COMBLES (Priorité 1)

Dates prévues : du //__ au //__

Jour	Tâche	Durée	Matériel nécessaire	✓
J1	Préparation chantier	4h	Bâches, aspirateur, EPI	<input type="checkbox"/>
	- Protection sol/meubles			<input type="checkbox"/>
	- Vérification électricité			<input type="checkbox"/>
	- Installation éclairage temporaire			<input type="checkbox"/>
J2	Pose isolation	6h	Isolant, outils découpe	<input type="checkbox"/>
	- Soufflage/pose selon technique			<input type="checkbox"/>
	- Contrôle épaisseur uniforme			<input type="checkbox"/>
	- Étanchéité passages techniques			<input type="checkbox"/>
J3	Finitions et nettoyage	3h	Aspirateur, rangement	<input type="checkbox"/>

💰 Budget réalisé : _____ € (vs _____ € prévu)

✓ MENUISERIES (Priorité 2)

Dates prévues : du //__ au //__

Fenêtre	Technique	Budget	Date réalisation	Gain estimé	✓
Salon Sud		____ €	//__		<input type="checkbox"/>
Chambre 1		____ €	//__		<input type="checkbox"/>
Chambre 2		____ €	//__		<input type="checkbox"/>
Cuisine		____ €	//__		<input type="checkbox"/>
SDB		____ €	//__		<input type="checkbox"/>

✓ ISOLATION MURS ITI (Priorité 3)

Dates prévues : du //__ au //__

Mur	Surface	Technique	Budget	Planning	✓
Pignon Nord	____ m ²		____ €	//__	<input type="checkbox"/>
Façade Ouest	____ m ²		____ €	//__	<input type="checkbox"/>
Cloisons froides	____ m ²		____ €	//__	<input type="checkbox"/>

PHASE 4 : SUIVI ET CONTRÔLES

✓ CONTRÔLES QUALITÉ

Contrôle	Date	Résultat	Action corrective
Épaisseur isolation combles	//__	____ cm	
Etanchéité à l'air	//__	□ OK □ KO	

Contrôle	Date	Résultat	Action corrective
Températures murs	//__	__ °C	
Condensation menuiseries	//__	<input type="checkbox"/> OK <input type="checkbox"/> KO	
Facture énergie (1er mois)	//__	__ €	

SUIVI ÉCONOMIES

Période	Facture avant	Facture après	Économie	% réduction
Mois 1	__ €	__ €	__ €	__ %
Mois 3	__ €	__ €	__ €	__ %
Mois 6	__ €	__ €	__ €	__ %
Année 1	__ €	__ €	__ €	__ %

 Objectif économies annuelles : __ €

 Économies réalisées année 1 : __ €

 Objectif atteint : Oui Non

POINTS DE VIGILANCE

-  **EPI complets** : masques FFP2, gants, combinaisons, lunettes
-  **Ventilation** : aération permanente pendant travaux
-  **Électricité** : disjoncteur coupé, vérification installations
-  **Portance** : respect charges max plafonds (DTU)
-  **Météo** : travaux par temps sec uniquement

RÉGLEMENTATION

-  **Matériaux certifiés** : marquage CE + ACERMI obligatoire
-  **Performances minimales** : R≥7 combles, R≥4 murs
-  **Ventilation adaptée** : VMC selon niveau isolation
-  **Déclaration travaux** : si modification façade
-  **Assurance** : vérification couverture travaux DIY

BUDGET

-  **Provision imprévus** : +15% du budget initial
-  **Paiement matériaux** : négociation délais si gros montants
-  **Suivi dépenses** : tableau Excel/app dédiée
-  **Factures aides** : conservation 10 ans minimum

CONTACTS UTILES

ADMINISTRATIONS

Organisme	Contact	Notes
Mairie (déclarations)	Tél : _____	
ANAH (MaPrimeRénov [®])	Site : maprimerenov.gouv.fr	
Point Info Énergie	Tél : _____	

FOURNISSEURS LOCAUX

Type	Nom	Adresse	Tél	Prix négocié
Matériaux isolation				
Location outillage				
Électricité				
Plomberie				

URGENCES/DÉPANNAGE

Service	Contact	Disponibilité
SP Tous Services	[À compléter]	
Électricien		
Plombier		

NOTES PERSONNELLES

Observations pendant les travaux :

Difficultés rencontrées :

Améliorations pour prochaine phase :

Conseils pour autres bricoleurs :

VALIDATION FINALE

TRAVAUX TERMINÉS LE : //__

Critère	Validation
Performances attendues	<input type="checkbox"/> Atteintes <input type="checkbox"/> Partielles <input type="checkbox"/> Non
Budget respecté	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Dépassement : ____ €
Planning respecté	<input type="checkbox"/> Oui <input type="checkbox"/> Retard : ____ semaines
Qualité travaux	<input type="checkbox"/> Excellente <input type="checkbox"/> Bonne <input type="checkbox"/> À améliorer
Satisfaction globale	<input type="checkbox"/> Très satisfait <input type="checkbox"/> Satisfait <input type="checkbox"/> Moyen

Prochaine étape prioritaire :

Planning année suivante :

Document créé par SP Tous Services - Philippe

Retrouvez tous nos outils gratuits sur : www.sptousservices.fr

Version 2025 - Mise à jour selon réglementation en vigueur

Questions ou conseils personnalisés ?

Contactez-moi : [email à compléter]

Zone d'intervention : Avignon et 30km