



## Module 1

# Se lancer dans l'aventure !

### Sommaire

### Catégorie :

- **Pourquoi cette formation ?** **0**
- **Réflexion sur la garde idéale : analyse de sa garde-robe existante** **1**
  - Pourquoi se créer soi-même sa garde-robe ?
  - Faire la paix avec son corps et fuir les standards imposés
  - Comment s'y prendre ?
  - Première étape : faire le point de sa garde-robe actuelle
- **Le matériel : présentation du matériel de base pour bien débiter** **2**
  - Le petit matériel de couture nécessaire ([voir Fiche N°1 sur le site](#))
  - La machine à coudre ([voir Fiche N°2 sur le site](#) et page Machine à coudre) : présentation et éléments importants pour faire son choix
  - Mécanique ou électronique ? Neuve ou occasion ?
  - Le matériel de repassage
- **Aménager son espace couture** **3**
  - Le repassage
  - Pour les petits espaces : matériel d'appoint
  - Tuto : fabriquer un tapis de repassage
- **Gérer son temps, planifier ses créations :** **4**
  - Mise en place d'un planning de démarrage pour se motiver !
- **Connaissance des textiles :** **5**
  - Vocabulaire
  - Les étapes de fabrication
  - Reconnaître le « chaîne et trame » et la maille
  - La main du tissu
  - Préparer son étoffe avant de la coudre
  - Fiche tissu
- **Histoire de la mode** **7**
  - Introduction
  - Les origines de la couture
- **Techniques de couture** **9**
  - Introduction
- **Vocabulaire** **11**