



Formation :

« De fil en aiguille, je couds ma garde-robe idéale »

Voici le plan de la formation. Celui-ci évoluera peut-être légèrement au fil du temps !

Les différents points sont des catégories et non une chronologie du déroulement de la formation. Chaque module sera composé de plusieurs catégories en fonction de son thème principal.

Chaque catégorie a son code couleur.

Des intercalaires sont fournis avec le module 1.

Plan de la formation :

0. Couverture

Vous pourrez y classer les documents de présentation de chaque module

1. Réflexion sur la garde-robe idéale

- Tri et analyse de sa garde-robe actuelle
- Définir ses besoins, ses envies, ses priorités/urgences
- Rechercher son style personnel, ses couleurs, ses matières, ses coupes, ...
- Réfléchir à des associations de vêtements
- Trouver l'inspiration
- Les étapes du processus créatif

2. Le matériel

Description, conseils et utilisation du matériel de :

- Couture
- Repassage
- Découpe, traçage
- Dessin



Sous toutes les Coutures

soustouteslescoutures.sarah@gmail.com
[https://www.sous-toutes-les-coutures.be/
@sous toutes les-coutures sarah](https://www.sous-toutes-les-coutures.be/@sous_toutes_les_coutures_sarah)

Sarah Peltain-Müller

3. Aménager son espace couture

- Autour de sa machine
- Systèmes et astuces de rangement
- Luminosité, ergonomie

4. Gérer son temps, planifier ses créations

- Définir ses priorités (saison, urgence, fête ou événement, ...)
- Prévoir ses fournitures
- Anticiper les préparatifs nécessaires avant la couture
- Répartir les tâches en fonction du temps dont on dispose

5. Connaissance des textiles

- Description des matières
- Création d'une tissuthèque
- Tests de couture

6. Dessin de mode

N'ayez pas peur si vous ne savez pas dessiner ! Des fiches avec des silhouettes à décalquer ainsi que différentes aides seront fournies afin de vous aider à réaliser les points suivants ;-)

- Créer sa silhouette personnelle
- Dessiner les vêtements sur sa silhouette : ses inspirations, ses envies, ...
- Réaliser les dessins techniques de chaque vêtement
- Dessiner les motifs et les matières
- Ajouter des ombres, de la lumière, du volume, du mouvement, ...

7. Histoire de la mode

- Evolution de la mode au fil du temps
- Les grands créateurs qui ont influencé la manière de s'habiller
- Inspirations d'autres époques



Sous toutes les Coutures

soustouteslescoutes.sarah@gmail.com
[https://www.sous-toutes-les-coutures.be/
@sous toutes les-coutures sarah](https://www.sous-toutes-les-coutures.be/@sous_toutes_les-coutures_sarah)

Sarah Pieltain-Müller

8. Patronage

- Adaptations morphologiques de patrons existants
- Modifications de patrons existants
- Créer ses bases selon ses propres mesures
- Modifier ses bases pour créer des modèles personnels

9. Techniques de couture à la machine et à la main

Apprentissage des différentes techniques :

- Les bases
- Les techniques avancées
- Les finitions « haute-couture »
- La méthode « tailleur »
- Les spécificités « lingerie »

10. Le moulage

Le moulage consiste à créer un vêtement directement sur mannequin sans passer par un patron papier (ce que l'on appelle « la coupe à plat »).

Cette méthode sera vue à la fin de la formation.

11. Vocabulaire