







**FB – Préparation au CAP Métiers de la Mode, Vêtement Flou (MMVF)**  
 Ce programme prépare au passage de l'examen du CAP MMVF en candidat libre que seul le ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse est habilité à organiser.

PROFIL DES STAGIAIRES	PRÉ-REQUIS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Personnes en reconversion professionnel</b> Vous êtes débutants et souhaitez apprendre à fabriquer des vêtements.</li> <li>• <b>Particulier</b> Vous êtes débutants et vous souhaitez vous perfectionner sur les techniques de fabrication.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Être titulaire d'un CAP ou d'un Baccalauréat afin d'être dispensé de l'enseignement général (justificatif de diplôme à fournir)</li> <li>• Avoir une appétence pour la couture, une habileté manuelle, de la dextérité....</li> <li>• Le sens de l'esthétique</li> <li>• Une capacité d'écoute</li> </ul>

	DURÉE		MODALITÉS		NOMBRE DE PARTICIPANTS
	<b>147 heures, soit 21 jours réparties sur 7 semaines</b> à raison de 3 journées par semaine, soit 1 jour en présentiel et 2 jours en distanciel.		<b>En présentiel</b> , dans les locaux d'Imagin' et Vous <b>En distanciel</b> , chez vous		4 personnes maximum par groupe
	HORAIRES & DATES		MATERIEL NECESSAIRE POUR SUIVRE LA FORMATION		ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAPE
	Matin : de 9h à 12h30 Après-midi : de 13h30 à 17h		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Des tissus</li> <li>• Du papier pour tracer les patrons</li> <li>• Règles, équerres, crayons et gommes</li> </ul>		Contactez le référent handicap : Maïder BECAAS <a href="mailto:contactpro@imaginetvous.fr">contactpro@imaginetvous.fr</a> Tel : 07 44 98 39 85

## MODALITES D'INSCRIPTION

*Après positionnement et validation des prérequis et du profil de l'apprenant (un entretien approfondi, un questionnaire à compléter) la validation de l'inscription par le devis signé ainsi que la convention de formation, IMAGIN'ET VOUS s'engage à transmettre les fichiers pédagogiques au fur et à mesure de l'avancée de la formation*

## DESCRIPTION DÉTAILLÉE DE LA FORMATION

### BUT DE LA FORMATION

Se préparer aux épreuves du CAP Métiers de la Mode Vêtement Flou.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Vous allez être capable de :

- Participer au décodage des données techniques relatives à un vêtement à réaliser et à la préparation d'une phase de travail : construction des éléments du vêtement, préparation des matières d'œuvre ;
- Réaliser, à partir de consignes, des opérations de coupe et d'entoilage, d'essayage de prototype, d'assemblage et de montage, de repassage et de finition ;
- Réaliser des opérations de contrôle à tous les stades de la fabrication ;
- Exercer dans la réalisation de mini séries ou de prototypage dans le prêt-à-porter, moyenne et haut de gamme.

### PROGRAMME DE LA FORMATION

#### **Analyse d'exploitation de données esthétiques et techniques –**

Le programme porte sur le patronage et la fabrication de tout ou partie d'un vêtement selon la technique du «flou », afin de réaliser des vêtements souples et déstructurés : robes, chemises et chemisiers, tous vêtements réalisés dans une étoffe fine et souple.

- Bloc de compétences RNCP37245BC01 - Analyse d'exploitation de données esthétiques et techniques - Collecter les données de la demande, lire, décoder, sélectionner et classer les informations - Participer à la construction des éléments du modèle, effectuer les opérations de préparation de coupe Connaissances associées : Arts appliqués. Histoire de la mode. Technologie du textile
- Bloc de compétences RNCP37245BC02 - Mise en œuvre de la fabrication de tout ou partie d'un vêtement- Régler, mettre en œuvre et maintenir en état les matériels - Appliquer une organisation au poste de travail - Effectuer les opérations de coupe, d'entoilage - Effectuer les opérations de préparation à l'essayage, d'assemblage, de montage, de finition et de repassage - Contrôler la qualité à tous les stades de fabrication, transmettre des informations, s'intégrer dans une équipe

## DEROULE DE LA FORMATION

Jours	Contenus
Jour 1	<p>Introduction et Généralités.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prise de mesures, construction de la base jupe.</li> <li>• Contrôler les montages et ajouter les marges de couture et repères nécessaire.</li> <li>• Découpe du patron et placement sur tissu, découpe et montage du modèle</li> <li>• Exo les coutures d'assemblages, ajustement et modifications</li> </ul>
Jour 2	<p>Techniques de couture et constructions :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exercices techniques de couture : les zips et braguettes.</li> <li>• Construction et extraction sur le patron de poches</li> <li>• Techniques de couture : les poches</li> </ul>
Jour 3	<p>Exercices sur la jupe.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découpe et montage d'une transformation de jupe.</li> <li>• Montage des poches françaises.</li> <li>• Montage d'un zip invisible.</li> <li>• Montage d'une ceinture droite.</li> <li>• Coudre une fente.</li> </ul>
Jour 4	<p>Travail sur la base buste</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparation, découpe et montage de la base buste. Essayage de la base buste.</li> <li>• Modifications et report de modification sur le patron.</li> <li>• Construction de la base buste aisance 5.</li> <li>• Découpe du patron du top sans manche et placement sur tissu.</li> <li>• Découpe des différentes pièces</li> <li>• Montage du modèle</li> <li>• Technique de couture des fronces</li> <li>• Techniques de couture de biais et parementure</li> </ul>
Jour 5	<p>Travail sur la base buste aisance 5 / Montage du chemisier</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technique de couture : la découpe princesse, col claudine avec goutte dans le dos, manche ballon.</li> <li>• Exercices de dessins de modèle.</li> <li>• Création d'une fiche technique.</li> <li>• Exercices techniques de couture : les encolures en V, rondes, carrées, avec biais, avec parementure, bénitier.</li> <li>• Chemisier : Assembler les différents éléments.</li> <li>• Suivre les fiches de techniques de couture des détails mode.</li> <li>• Faire les boutonnères / Coudre les boutons</li> </ul>
Jour 6	<p>Travail sur le pantalon.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découpe et montage du pantalon transformer.</li> <li>• Exercices de couture et d'assemblage des poches italiennes.</li> <li>• Montage de la braguette à zip et à bouton.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Assemblage type jean en couture rabattue.</li> </ul>
Jour 7	<p>Travail sur la robe.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découpe et montage du modèle robe choisit.</li> <li>• Exercices autour des différents montages de manches, en groupe.</li> <li>• La couture à la main.</li> <li>• Faire un ourlet invisible.</li> </ul>

#### MOYENS TECHNIQUES UTILISES PAR L'OF

- ✓ 49 h de formation en présentiel 98 h de formation en distanciel
- ✓ Supports pédagogiques sous forme de tutoriel photos, cours écrits et vidéos
- ✓ Accompagnement à distance via notre plateforme LMS.

#### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE ET D'ENCADREMENT

- ✓ Méthode transmissive pour la partie théorique
- ✓ Méthode expérientielle pour partager l'expérience de chacun sur les différentes problématiques
- ✓ Découverte active pour partager de s'approprier les différents concepts
- ✓ Des supports pédagogiques accompagnent l'apprenant tout au long de la formation
- ✓ Un suivi individualisé est assuré tout au long de la formation

#### INTERVENANT(E)

Marie-Agnès, Chantal, Alexandra et Aurélie, des formatrices ayant une grande expertise métier. Formatrices depuis plus de 10 ans elles transmettent leur savoir-faire avec bienveillance et écoute des apprenants.

#### SUIVI D'ÉVALUATION ET RECONNAISSANCE DES ACQUIS

- ✓ Contrôle continu
- ✓ Mise en situation professionnelle
- ✓ Stage en entreprise (facultatif mais conseillé) 1 semaine.
- ✓ Réalisation d'1 CAP blanc avec appréciations
- ✓ Attestation de formation
- ✓ Enquête de satisfaction des stagiaires

#### IDENTIFICATION ORGANISME DE LA FORMATION



REPUBLICQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :  
Actions de formation

IMAGIN'ETVOUS  
Organisme de formation  
professionnelle depuis 2011  
Accréditation QUALIOPi  
N°50616

SARL IMAGIN'ETVOUS au capital de 28 000€  
36 Cours Lyautey, 64000 PAU  
Web : [www.imagnetvous.fr](http://www.imagnetvous.fr)  
Siret: 445 089 865 00056  
N° Activité de formation: 72640313364

#### CONTACT

07 44 98 39 85 - [contactpro@imagnetvous.fr](mailto:contactpro@imagnetvous.fr)