PROGRAMME STAGE DE FORMATION PROFESSIONNELLE
DATES À DÉFINIR

« COUTURE PERSONNALISÉE »
BASES, PERFECTIONNEMENT OU SUR-MESURE PAR MAUD VADON

Mise à jour octobre 2026



PUBLIC CONCERNÉ :

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant acquérir ou consolider les bases et les techniques fondamentales de la couture. Elle est particulièrement adaptée :

- Aux personnes en reconversion professionnelle ;
- Aux autodidactes souhaitant structurer leurs pratiques et accéder à un niveau professionnel ;
- Aux salariés et auto-entrepreneurs bénéficiant d'un financement par un OPCO ;
- Aux professionnels du spectacle vivant, de l'audiovisuel et aux artistes-auteurs, dans le cadre d'une prise en charge AFDAS, souhaitant développer ou actualiser leurs compétences techniques.

Nos formations ne sont pas éligibles au CPF.

PRÉ REQUIS :

Formation bases

Aucune connaissance n'est nécessaire pour ce stage qui est ouvert aux débutants.

Formations perfectionnement et sur-mesure

Il faut avoir un bon niveau à l'entrée en formation ou avoir suivi la formation bases au préalable.

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS :

Les inscriptions se font directement auprès du Petit Atelier. Pour tout renseignement, contactez :

Maud Vadon : 06 17 03 09 19 - par mail : contact@couturood.fr

Pour les personnes souhaitant bénéficier d'une prise en charge du coût pédagogique par un organisme financeur (OPCO, AFDAS), une demande individuelle de formation doit être réalisée.

L'inscription au stage devient définitive uniquement après réception de l'accord de financement de l'organisme concerné.

Les dates et les créneaux des cours sont à définir ensemble, le délai de mise en place après les signatures devis/convention est de minimum une semaine.

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Savoir se servir d'une machine à coudre : caractéristiques, enfilage, entretien, matériel, …
- Savoir utiliser un patron : déchiffrer, valeurs de coutures, crans, pointages…
- Couper le tissu : sens du droit fil, pli marchand, épingler, tracer…
- Mettre en œuvre les techniques fondamentales de la couture : techniques et chronologies, fermeture éclair, patte de boutonnage, poche, col…
- Faire différents assemblages : coutures ouvertes, rabattues, anglaises, surjet…
- Réaliser des finitions : ourlet, surjet, rentré, double rentré, pose d'un biais, ourlet invisible…

La formation propose un programme d'enseignement professionnel et personnalisé centré sur les compétences et techniques suivantes : apprendre les bases de la couture ou améliorer son niveau de compétence grâce à un accompagnement personnalisé, dans une dynamique de petit groupe. Des cours de 3 heures, deux ou trois fois par semaine, répartis sur une année, permettent à chacun de se former sans renoncer à ses engagements professionnels.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE :

Les formations se déroulent en présentiel, en petits groupes, afin de permettre un accompagnement individualisé, tenant compte du profil, du niveau et des objectifs professionnels de chaque apprenant.

- Les apports théoriques et techniques sont dispensés par le formateur et accompagnés de démonstrations pratiques ;
- Les apprenants mettent ensuite en œuvre les techniques abordées à travers des exercices pratiques progressifs, favorisant l'appropriation des gestes professionnels ;
- La progression pédagogique s'appuie sur une alternance d'apports théoriques, de démonstrations et de mises en pratique, avec une montée en complexité des exercices ;
- Le développement de l'autonomie et la maîtrise des techniques nécessitent un investissement personnel et une pratique régulière en dehors du temps de formation ;
- L'autonomie et l'acquisition de ses techniques demandent un investissement personnel.

MODALITES D'EVALUATION :

À l'issue de la formation, le formateur procède à une évaluation individuelle des compétences de chaque stagiaire, au regard des objectifs pédagogiques et du travail réalisé au cours du stage. La formation ne donne lieu à aucune délivrance de diplôme. Une attestation de fin de formation, précisant les connaissances et compétences acquises, est remise à chaque participant afin de valoriser les acquis professionnels. Un certificat de réalisation, ainsi que la feuille d'émargement, sont transmis aux organismes financeurs, conformément aux exigences réglementaires.

LE MATÉRIEL ET LES OUTILS PÉDAGOGIQUES :

L'atelier est organisé pour la couture et la coupe et est équipé de matériel professionnel et familial. Ce matériel est mis à disposition des stagiaires pour la durée de la formation.

Sont également fournis :

- Les supports de cours
- Le papier permettant de décalquer les patrons

Chaque participant doit venir avec son propre matériel de couture (ciseaux, épingles, découd-vite, etc.), de tracé et de prise de notes. Les fournitures nécessaires à la réalisation des modèles (tissus, mercerie) sont à la charge du stagiaire. Une liste détaillée des fournitures à avoir sera transmise après confirmation de l'inscription.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Les personnes ayant besoin de mesures de compensation peuvent contacter la référente handicap, Claire Salin, au 06 88 47 49 66, ou l'enseignante de la formation.

EFFECTIFS :

Les cours ayant lieu pendant les créneaux des cours aux particuliers, ils sont ouverts de 3 à 6 personnes.

L'ENSEIGNANT :

Maud VADON

Styliste et modéliste, diplômée de Supdemod Lyon (2006)

- Créatrice de la marque COUTUROOD et du projet Bisoudoudou sur les réseaux sociaux
- Freelance pour différentes marques de patrons de couture (création de tutoriels et accompagnement)
- Professeur de couture au Petit Atelier depuis 2019, basée à Marseille

LIEU DE LA FORMATION :

Le Petit Atelier, 23 rue Ferrari, 13005 Marseille

COÛT DE LA FORMATION :

2 700 € TTC *(TVA non applicable selon article 293B du CGI).*
Ce coût inclus les fournitures nécessaires à la formation
Ce coût peut bénéficier d'une prise en charge par un organisme financeur, dans le cadre d'une demande individuelle de formation
30€ d'adhésion à l'association, elle est obligatoire à toute personne travaillant à l'atelier et doit être acquittée dès l'entrée en stage

DUREE :

Durée totale de formation : 90 heures

Le stagiaire s'engage à respecter les dates fixées et les horaires donnés lors de l'inscription à la formation.

LE PROGRAMME BASES :

Les bases de cet apprentissage sont les caractéristiques et l'étude des :

- *Machine à coudre : caractéristiques, enfilage, entretien, matériel, …*
- *Patrons : déchiffrer, valeurs de coutures, crans, pointages…*
- *Coupe : sens du droit fil, pli marchand, épingler, tracer…*
- *Montage : techniques et chronologies*
- *Différents montages : fermeture éclair, patte de boutonnage, poche, col…*
- *Assemblages : coutures ouvertes, rabattues, anglaises, surjet…*
- *Finitions : ourlet, surjet, rentré, double rentré, pose d'un biais, ourlet invisible…*
-

Ces apprentissages se font par module sur des pièces d'étude :

MODULE 1 : LA MACHINE A COUDRE

- *Connaitre l'anatomie machine à coudre : Connaître la machine à coudre, les noms des différentes parties, les différents points. Entretien de la machine à coudre.*
- *L'enfilage de la machine à coudre : Enfiler la machine à coudre.*
- *Utilisation des pieds de biche : Présentation des différents pieds de biche d'une machine et leur utilisation*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude lignes droites*

MODULE 2 : TOTE BAG

- *Coutures de montage : couture ouverte, couture couchée, couture couchée surpiquée, couture sur champ, couture anglaise, couture chemin de fer, couture en cornet, couture rabattue*
- *Tissu : Comprendre le tissu et le tissage, reconnaître le sens du tissu (Droit Fil)*
- *Prendre des mesures sur un mannequin*
- *Tracer : Utiliser la règle, l'équerre et le perroquet pour tracer les patrons de couture.*
- *Les valeurs de couture : usages et dimensions*
- *Épingler et couper : Connaître la différence des épingles et leurs usages. Savoir épingler et couper*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : le TOTE BAG*

MODULE 3 : TROUSSE MATELASSÉE

- *Le matelassage : Explication et démonstration du montage du matelassage*
- *Fermeture à glissière : Explication et démonstration du montage des zips : fermeture bord à bord.*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : la trousse matelassée*

MODULE 4 : JUPE PORTEFEUILLE

- *Explication et démonstration de la prise de mesure.*
- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères : Explication et démonstration du déchiffrage, du décalquage de patron, des repères de montage, de l'ajout des valeurs de couture, du pointage*
  Explication et démonstration des points techniques suivants :
- *Les pinces*
- *Les points de bâti : bâti simple, en diagonal, tailleur, de piqûre*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : la jupe portefeuille*

MODULE 5 : PANTALON

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
  Explication et démonstration des points techniques suivants :
- *Les plis (creux, plats, religieux) et les pinces*
- *La poche italienne*
- *Les fermetures à glissières : montage de la braguette*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : le pantalon*

MODULE 6 : CHEMISE

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
  Explication et démonstration des points techniques suivants :
- *Empiècement*
- *Passepoil*
- *Patte de boutonnage*
- *Col et pied de col*
- *Patte indéchirable des ouvertures bas de manches*
- *Poignet*
- *Montage de la manche, la gestion de l'embu*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : la chemise*

MODULE 7 : ROBE PORTEFEUILLE

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
  Explication et démonstration des points techniques suivants :
- *Col tailleur*
- *Parementure du col*
- *Patte capucin des ouvertures bas de manches*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : la robe portefeuille*

MODULE 8 : VÊTEMENT D'APRÈS UN DU COMMERCE

- *Patronage et modification d'après pantalon du commerce*
- *Montage du vêtement.*

La formation peut évoluer en fonction du niveau, de la rapidité et des besoins du stagiaire.

Lors d'un entretien préliminaire avec l'enseignante, chaque participant définit ses objectifs et un programme est établi. Le stagiaire développe ainsi ses projets personnels et oriente son apprentissage afin de répondre au mieux à ses besoins professionnels. Cet enseignement est personnalisé grâce au petit nombre de participants.

PLANNING DES COURS

90 heures de cours répartis sur les créneaux ci-dessous (Cours de 3h) :

- Les mardis de 14h à 17h,
- Les mardis de 19h à 22h,
- Les jeudis de 14h à 17h,
- Les jeudis de 19h à 22h,
- Les samedis de 9h30 à 12h30.

Un minimum de 2 cours par semaine est demandé au stagiaire afin de pouvoir évoluer de manière constante. Les horaires des cours ne sont pas imposés et s'adaptent aux disponibilités du stagiaire. Mais le stagiaire s'engage à respecter les jours fixés et les horaires donnés lors de l'inscription à la formation.

LE PROGRAMME PERFECTIONNEMENT MODULE 1 :

Les bases de cet apprentissage sont les caractéristiques et l'étude des :

- *Machine à coudre : caractéristiques, enfilage, entretien, matériel, …*
- *Patrons : déchiffrer, valeurs de coutures, crans, pointages…*
- *Coupe : sens du droit fil, pli marchand, épingler, tracer…*
- *Montage : techniques et chronologies*
- *Différents montages : fermeture éclair, patte de boutonnage, poche, col…*
- *Assemblages : coutures ouvertes, rabattues, anglaises, surjet…*
- *Finitions : ourlet, surjet, rentré, double rentré, pose d'un biais, ourlet invisible…*
- *Gestion des raccords.*
- *Essayages et retouches.*

Ces apprentissages se font par module sur des pièces d'étude :

MODULE 1 : JUPE FENDUE

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
- *Faire les pinces avec bâti tailleur*
- *Faire une fente simple*
- *Pose de fermeture éclair invisible*
- *Ceinture avec piqûre dans le sillon*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : la jupe fendue*

MODULE 2 : VESTE DOUBLÉE

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
- *Col tailleur*
-
- *Les poches à rabat : Explication et démonstration : poche passepoilée à rabat*
- *Fente doublée (dos et manches)*
- *Manche montée gestion de l'embus*
- *Doublure : montage de la doublure sur une veste.*
- *Pièce d'étude : la veste doublée*

MODULE 3 : MANTEAU

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères*
- *Poche paysanne*
- *Patte de manche*
- *Doublure : montage de la doublure sur un manteau.*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : le manteau*

MODULE 4 : SWEAT

- *Patrons - décalquer un patron, adapter à sa taille, marquer les repères : Explication et démonstration du déchiffrage, du décalquage de patron, des repères de montage, de l'ajout des valeurs de couture, du pointage*
- *Les poches kangourou*
- *Manches à plat*
- *Les bords côtes (col poignet bas)*
- *Mise en pratique. Pièce d'étude : le sweat*

La formation peut évoluer en fonction du niveau, de la rapidité et des besoins du stagiaire.
Lors d'un entretien préliminaire avec l'enseignante, chaque participant définit ses objectifs et un programme est établi. Le stagiaire développe ainsi ses projets personnels et oriente son apprentissage afin de répondre au mieux à ses besoins professionnels. Cet enseignement est personnalisé grâce au petit nombre de participants.

PLANNING DES COURS

90 heures de cours répartis sur les créneaux ci-dessous (Cours de 3h) :

- Les mardis de 14h à 17h,
- Les mardis de 19h à 22h,
- Les jeudis de 14h à 17h,
- Les jeudis de 19h à 22h,
- Les samedis de 9h30 à 12h30.

Un minimum de 2 cours par semaine est demandé au stagiaire afin de pouvoir évoluer de manière constante. Les horaires des cours ne sont pas imposés et s'adaptent aux disponibilités du stagiaire. Mais le stagiaire s'engage à respecter les jours fixés et les horaires donnés lors de l'inscription à la formation.

LE PROGRAMME SUR-MESURE :

Les bases de cet apprentissage sont les caractéristiques et l'étude des :

- *Machine à coudre : caractéristiques, enfilage, entretien, matériel, …*
- *Patrons : déchiffrer, valeurs de coutures, crans, pointages…*
- *Coupe : sens du droit fil, pli marchand, épingler, tracer…*
- *Montage : techniques et chronologies*
- *Différents montages : fermeture éclair, patte de boutonnage, poche, col…*
- *Assemblages : coutures ouvertes, rabattues, anglaises, surjet…*
- *Finitions : ourlet, surjet, rentré, double rentré, pose d'un biais, ourlet invisible…*
- *Gestion des raccords.*
- *Essayages et retouches.*

Les projets d'étude sont à définir ensemble selon vos besoins : nous pouvons construire la formation qui vous convient.

La formation peut évoluer en fonction du niveau, de la rapidité et des besoins du stagiaire.
Lors d'un entretien préliminaire avec l'enseignante, chaque participant définit ses objectifs et un programme est établi. Le stagiaire développe ainsi ses projets personnels et oriente son apprentissage afin de répondre au mieux à ses besoins professionnels. Cet enseignement est personnalisé grâce au petit nombre de participants.

PLANNING DES COURS

90 heures de cours répartis sur les créneaux ci-dessous (Cours de 3h) :

- Les mardis de 14h à 17h,
- Les mardis de 19h à 22h,
- Les jeudis de 14h à 17h,
- Les jeudis de 19h à 22h,
- Les samedis de 9h30 à 12h30.

Un minimum de 2 cours par semaine est demandé au stagiaire afin de pouvoir évoluer de manière constante. Les horaires des cours ne sont pas imposés et s'adaptent aux disponibilités du stagiaire. Mais le stagiaire s'engage à respecter les jours fixés et les horaires donnés lors de l'inscription à la formation.