Secteur des métiers de l'habillement

Propositions de parcours de formation 2025/2026

CAP Cours d'Adultes de Paris

Techniques de base

- Initiation à la couture : machines et points main - 30 h
- Initiation aux machines industrielles - 30 h
- Initiation aux machines industrielles spécifiques aux techniques de la maille – Module 1 - 30 h

Conception et fabrication :
- Coupe-à-plat – Jupe - Niveau 1 – 45 h
- Coupe-à-plat - Corsage/chemisier - Niveau 2 - 45 h
- Coupe-à-plat - Pantalon femme - Niveau 2 - 45 h
- Coupe-à-plat – Robe - Niveau 2 – Session intensive - 30 h

Sessions complémentaires :
- Atelier pratique d'assemblage /montage - 30 h
- Technologie textile et textiles innovants - 30 h
- Textiles éco-responsables - 30 h

Conception par moulage :
- Moulage - Niveau 1 - 45 h
- Moulage - Niveau 1 - Session intensive - 30 h
- Moulage - Niveau 2 - 45 h

Techniques intermédiaires

Retouche, réparation, surcyclage (*upcycling*), **écoconception :**
- Retouche traditionnelle - Niveau 1 - 45 h
- Retouche traditionnelle - Niveau 2 - 45 h
- Réparations et surcyclage (*upcycling*) du jean : techniques de retouches créatives - 45 h
- Réparations et surcyclage (upcycling), chemise et motifs : techniques de retouches créatives - 45 h
- Surcycler un t-shirt par la broderie (*upcycling*) - 30 h
- Coupe-à-plat/moulage - Sensibilisation à l'écoconception - 45 h
- Surcyclage d'un modèle matières et techniques mixtes : du style à la fabrication - 90 h
- Réparations sur tricots, technique du remaillage – Initiation - 45 h
- Réparations sur tricots, technique du remaillage – Appr. - 45 h

Atelier Flou : conception et fabrication :
- Coupe-à-plat - Le corsage et le chemisier - Variations de manches et de cols - 45 h
- Coupe-à-plat - Le corsage, le chemisier - Réalisation d'un modèle personnalisé - 45 h
- Couture sur mesure - La jupe - 45 h
- Couture sur mesure - Le corsage, le chemisier - 45 h
- Atelier Flou, pièces d'étude - 30 h

Atelier Tailleur : conception et fabrication :
- Coupe-à-plat - Manteau, trench-coat - Niveau 3 - 90 h
- Couture sur mesure - Le pantalon femme - 45 h
- Couture sur mesure - La veste tailleur femme - 90 h
- Atelier Tailleur, pièces d'étude - 30 h

Atelier Maille : conception et fabrication :
- Coupe-à-plat - Techniques de la maille - Module 2 - 60 h

Conception par moulage :
- Moulage - Niveau 3 - 45 h
- Moulage - Niveau 4 - 45 h

Patronnage et gradation :
- Patronnage - 90 h

- Coupe-à-plat - Gradation jupe – 30 h
- Coupe-à-plat - Gradation chemise/pantalon - 30 h
- Coupe-à-plat - Gradation veste - 30 h

Techniques avancées ou préparation à diplôme

Spécialisations
Préparation au C.A.P. MMVF

C.A.P. Métiers de la Mode - Vêtement Flou (315 h)
Enseignement professionnel et/ou général :
- Mise en oeuvre : 150 h
- Arts appliqués : 78 h
- Préparation aux épreuves d'enseignement général - 87 h

Fabrication du vêtement :
- Montage de vêtements haut de gamme - Module 1 - 90 h
- Montage de vêtements haut de gamme - Module 2 - 90 h
- Couture finitions - 90 h

Tailleur homme :
- Tailleur homme - Le pantalon et le gilet – 90 h
- Tailleur homme - La veste - 105 h

Costumier/Costumière de spectacle, formation complémentaire - 315 h

Autres formations complémentaires :
Art de la plume, initiation - 90 h
Art de la plume et surcyclage, approfondissement - 90 h
Chapelier-modiste, approfondir les techniques - 45 h
Garnitures et fleurs artificielles pour chapeaux, ornements de tête et accessoires de mode - 50 h

Conception assistée par ordinateur :
- Modélisme Lectra Systèmes - Niveau 1 - 90 h
- Modélisme Lectra Systèmes - Niveau 2 - 90 h

Formation certifiante

Formation certifiante numérique (de type Open Badge)