



# *Catalogue Des Formations*

**36 avenue Paul Vaillant-Couturier 78190 TRAPPES**  
**[www.lesfilsdefleur.com](http://www.lesfilsdefleur.com) – Tél : 09 54 91 02 23**

Organisme de Formation enregistré sous le n°11788463578  
Auprès du préfet région Île-de-France  
*Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat*

## SOMMAIRE

- **Présentation de la structure, informations générales** **P. 3**
- **Module 1 : Les techniques essentielles** **P. 4/5**
- **Module 2 : Retouche de vêtement simple : Réparation** **P. 6/7**
- **Module 3 : Fabrication de vêtement féminin** **P. 8/9**
- **Module 4 : Conception de vêtement féminin** **P. 10/11**
- **Module 5 : Retouche de vêtement complexe : ajustement et transformation** **P. 12/13**

**L'association « les fils de Fleur » existe depuis 2017 ;**

**La formatrice sénior principale, Fleur, à créer un apprentissage à la couture, à partir de sa propre méthode d'auto-enseignement.**

**Elle est diplômée par la Burda Academy et enseigne à tous types de publics.**

**De plus, elle est bilingue anglais et sa méthodologie est adaptée à ceux qui ne maîtrisent pas le français !**

**Aussi sa pédagogie et l'équipement proposé convient pour former le public à mobilité réduite.**

**Toute son expérience sur le terrain est apportée aux apprenants.**

**Elle est à même de prendre en compte vos spécificités et de s'adapter à des contextes professionnels variés.**

### **Formations personnalisées :**

Toutes les formations proposées peuvent être adaptées à votre problématique, votre métier, vos besoins professionnels ou personnels, vos objectifs, votre budget...

Des créneaux pour les structures privées publiques et en entreprises sont également possibles.

Ainsi, les stagiaires pourront trouver un emploi dans des ateliers de couture ou de création, pérenniser leur emploi, voir créer leur entreprise dans l'univers de la mode de façon éthique et responsable.

**N'hésitez pas à demander un devis pour une formation personnalisée !**

### **Financement de la formation :**

Cette formation peut être financée :

- Pour les salariés en activité partielle, par le Fonds national pour l'Emploi (FNE)
- Pour les salariés, par l'OPCO de leur entreprise (contacter le service RH)
- Pour les travailleurs non-salariés (artisans, commerçants, professions libérales, gérants de sociétés, etc.), par l'organisme dont ils dépendent pour leurs formations.
- Pour les demandeurs d'emploi, par Pôle-Emploi (prise en charge partielle probablement)
- Pour les particuliers, par eux même.

Les frais de transport, restauration et d'hébergement sont à la charge du candidat.

Les tissus et mercerie à apporter pour les projets ne sont pas compris dans le prix de la formation. La liste à prévoir vous sera remise avant le démarrage de la session.

### **Notre salle de formation :**

Est équipée de machines à coudre, surjeteuses, espace de coupe, traçage et de repassage.

Tous ces équipements de couture sont à votre disposition

**(Voir la liste du matériel).**

Nous sommes situés au 36 avenue Paul Vaillant-Couturier, 78190 TRAPPES.

Notre adresse est facilement accessible :

- À 5mn à pied de la gare SNCF
- Arrêt République/Paul Vaillant-Couturier des bus 401 / 418 / 417
- A 400m de la N10
- Places de parking privées sur demande

### **Indicateur de résultat (sur l'intégralité de l'année civile) :**

Nombre de stagiaire :

Taux globale de satisfaction :

## MODULE 1 : LES TECHNIQUES ESSENTIELLES DE COUTURE

**Type de formation** : Formation inter-entreprise dans nos locaux.

**Prérequis** : Dexterité manuelle.

**A l'issue de la formation, vous serez apte à :**

- Maitriser la machine à coudre, son environnement et adopter la bonne posture
- Exécuter les piqûres essentielles de couture
- Exécuter les techniques de finitions
- Matelasser des tissus
- Monter un zip sur tissu simple
- Monter un zip sur tissu doublé
- Exécuter les techniques essentielles de coupe de patron
- Exécuter les techniques essentielles de montage

**Durée** : 32h

**Coût pédagogique** : 800 €

Frais annexes :

- Frais d'inscription et suivi administratif : 45 euros TTC
- Matériel technique à avoir, ou vendu (environ 50 euros), sur liste imposée
- Tissus et consommables pour les ouvrages : achats personnels selon liste imposée, ou vendu (estimation : 50 euros)

**Modalités et délais d'accès à la formation :**

L'accès à nos formations peut être initié, soit :

- Par l'employeur
- A l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier
- A l'initiative propre du salarié

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** avec le référent pédagogique afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, les sources de financement, etc...sont précisés.

Sont ensuite préparés **devis personnalisé puis convention de formation**.

A réception du devis et de la convention signés, la **demande de prise en charge** peut alors être faite.

L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.

Le **délai d'accès** aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un **temps d'environ un mois avant le début de l'action (moins sans prise en charge)**.

**Contact** : Mariamme Fleur Camara

### Méthodes mobilisées :

Toutes nos formations sont proposées en format présentiel et sont individuelles, inter ou intra-entreprises (groupe) afin de mieux coller aux besoins professionnels des stagiaires, en fonction de leur métier et domaine d'activité.

Nous alternons entre théories et de nombreux exercices pratiques.

Pour plus de confort, nous accueillons **4 personnes maximum par formation**.

### Evaluation :

- **Une phase de diagnostic** et d'analyse de la demande est réalisée au démarrage de formation (analyse des besoins)
- Évaluation **des acquis** à l'entrée de la formation.
- Évaluation **formative** est mise en place durant le processus d'apprentissage
- **Évaluation de la satisfaction** de la formation sur grille individuelle d'évaluation de fin de formation (avec votre accord, votre note globale et vos commentaires seront publiés sur notre site).
- Pour finir, il y aura une **évaluation individuelle écrite** réalisée en fin de formation organisée, dans le respect de la réglementation qualité Qualiopi. Ceci afin d'évaluer les connaissances acquises.
  
- Remise d'un **Certificat de Réalisation** qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
- Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environ 6 mois après la fin de la formation.

### Accessibilité :

L'atelier dispose d'aménagement adapté pour l'accueil des personnes à mobilité réduite.

Les fils de Fleur étudiera l'adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.

## MODULE 2 : RETOUCHE DE VETEMENT SIMPLE : REPARATION

**Type de formation** : Formation inter-entreprise dans nos locaux.

**Prérequis** : Dexterité manuelle. Avoir acquis les compétences du « Module 1 : les techniques essentielles »

**A l'issue de la formation, vous serez apte à :**

- Identifier les possibilités de réparation d'un vêtement
- Préparer un vêtement en vue de lui donner une seconde vie
- Restaurer un vêtement et lui donner une seconde vie

**Durée** : 8h

**Coût pédagogique** : 200 €

Frais annexes :

- Frais d'inscription et suivi administratif : 45 euros TTC
- Matériel technique à avoir, ou vendu (environ 50 euros), sur liste imposée
- Tissus et consommables pour les ouvrages : achats personnels selon liste imposée, ou vendu (estimation : 50 euros)

**Modalités et délais d'accès à la formation :**

L'accès à nos formations peut être initié, soit :

- Par l'employeur
- A l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier
- A l'initiative propre du salarié

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** avec le référent pédagogique afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, les sources de financement, etc...sont précisés.

Sont ensuite préparés **devis personnalisé puis convention de formation**.

A réception du devis et de la convention signés, la **demande de prise en charge** peut alors être faite.

L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.

Le **délaï d'accès** aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un **temps d'environ un mois avant le début de l'action (moins sans prise en charge)**.

**Contact** : Mariamme Fleur Camara

**Méthodes mobilisées :**

Toutes nos formations sont proposées en format présentiel et sont individuelles, inter ou intra-entreprises (groupe) afin de mieux coller aux besoins professionnels des stagiaires, en fonction de leur métier et domaine d'activité.

Nous alternons entre théories et de nombreux exercices pratiques.

Pour plus de confort, nous accueillons **4 personnes maximum par formation**.

#### **Evaluation :**

- **Une phase de diagnostic** et d'analyse de la demande est réalisée au démarrage de formation (analyse des besoins)
- Évaluation **des acquis** à l'entrée de la formation.
- Évaluation **formative** est mise en place durant le processus d'apprentissage
- **Évaluation de la satisfaction** de la formation sur grille individuelle d'évaluation de fin de formation (avec votre accord, votre note globale et vos commentaires seront publiés sur notre site).
- Pour finir, il y aura une **évaluation individuelle écrite** réalisée en fin de formation organisée, dans le respect de la réglementation qualité Qualiopi. Ceci afin d'évaluer les connaissances acquises.
  
- Remise d'un **Certificat de Réalisation** qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
- Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environ 6 mois après la fin de la formation.

#### **Accessibilité :**

L'atelier dispose d'aménagement adapté pour l'accueil des personnes à mobilité réduite.

Les fils de Fleur étudiera l'adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.

## MODULE 3 : FABRICATION D'UN VÊTEMENT FEMININ

**Type de formation** : Formation inter-entreprise dans nos locaux.

**Prérequis** : Dexterité manuelle. Avoir acquis les compétences du « Module 1 : les techniques essentielles »

**A l'issue de la formation, vous serez apte à :**

- Couper les pièces constitutives d'un vêtement  
Option :
  - A- Jupe
  - B- Short
  - C- Chemise
  - D- Robe
- Assembler des pièces à plat
- Monter des sous-ensembles
- Réaliser les finitions des pièces du vêtement

**Durée** : 20h par option ; 80h pour le module complet

**Coût pédagogique** : 500 € par option ; 2000 € pour le module complet

Frais annexes :

- Frais d'inscription et suivi administratif : 45 euros TTC
- Matériel technique à avoir, ou vendu (environ 50 euros), sur liste imposée
- Tissus et consommables pour les ouvrages : achats personnels selon liste imposée, ou vendu (estimation : 50 euros)

**Modalités et délais d'accès à la formation :**

L'accès à nos formations peut être initié, soit :

- Par l'employeur
- A l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier
- A l'initiative propre du salarié

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** avec le référent pédagogique afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, les sources de financement, etc...sont précisés.

Sont ensuite préparés **devis personnalisé puis convention de formation**.

A réception du devis et de la convention signés, la **demande de prise en charge** peut alors être faite.

L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.

Le **délaï d'accès** aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un **temps d'environ un mois avant le début de l'action (moins sans prise en charge)**.

**Contact** : Mariamme Fleur Camara



### Méthodes mobilisées :

Toutes nos formations sont proposées en format présentiel et sont individuelles, inter ou intra-entreprises (groupe) afin de mieux coller aux besoins professionnels des stagiaires, en fonction de leur métier et domaine d'activité.

Nous alternons entre théories et de nombreux exercices pratiques.

Pour plus de confort, nous accueillons **4 personnes maximum par formation**.

### Evaluation :

- **Une phase de diagnostic** et d'analyse de la demande est réalisée au démarrage de formation (analyse des besoins)
- Évaluation **des acquis** à l'entrée de la formation.
- Évaluation **formative** est mise en place durant le processus d'apprentissage
- **Évaluation de la satisfaction** de la formation sur grille individuelle d'évaluation de fin de formation (avec votre accord, votre note globale et vos commentaires seront publiés sur notre site).
- Pour finir, il y aura une **évaluation individuelle écrite** réalisée en fin de formation organisée, dans le respect de la réglementation qualité Qualiopi. Ceci afin d'évaluer les connaissances acquises.
  
- Remise d'un **Certificat de Réalisation** qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
- Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environ 6 mois après la fin de la formation.

### Accessibilité :

L'atelier dispose d'aménagement adapté pour l'accueil des personnes à mobilité réduite.

Les fils de Fleur étudiera l'adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.

## MODULE 4 : CONCEPTION D'UN VÊTEMIN FEMININ

**Type de formation** : Formation inter-entreprise dans nos locaux.

**Prérequis** : Dexterité manuelle. Avoir acquis les compétences des « Module 1 : les techniques essentielles »  
« Module 3 : fabrication d'un vêtement féminin »

**A l'issue de la formation, vous serez apte à :**

- Patronner la base d'un vêtement  
Option :
  1. Jupe
  2. Short
  3. Blouse
- Réaliser un prototype en toile
- Concevoir un patron

**Durée** : 24h par option ; 72h pour le module complet

**Coût pédagogique** : 600 € par option ; 1800 € pour le module complet

Frais annexes :

- Frais d'inscription et suivi administratif : 45 euros TTC
- Matériel technique en sus, vendu 150€
- Tissus et consommables pour les ouvrages : achats personnels selon liste imposée, ou vendu (estimation : 50 euros)

**Modalités et délais d'accès à la formation :**

L'accès à nos formations peut être initié, soit :

- Par l'employeur
- A l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier
- A l'initiative propre du salarié

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** avec le référent pédagogique afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, les sources de financement, etc...sont précisés.

Sont ensuite préparés **devis personnalisé puis convention de formation**.

A réception du devis et de la convention signés, la **demande de prise en charge** peut alors être faite.

L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.

Le **délai d'accès** aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un **temps d'environ un mois avant le début de l'action (moins sans prise en charge)**.

**Contact** : Mariamme Fleur Camara

### Méthodes mobilisées :

Toutes nos formations sont proposées en format présentiel et sont individuelles, inter ou intra-entreprises (groupe) afin de mieux coller aux besoins professionnels des stagiaires, en fonction de leur métier et domaine d'activité.

Nous alternons entre théories et de nombreux exercices pratiques.

Pour plus de confort, nous accueillons **4 personnes maximum par formation**.

### Evaluation :

- **Une phase de diagnostic** et d'analyse de la demande est réalisée au démarrage de formation (analyse des besoins)
- Évaluation **des acquis** à l'entrée de la formation.
- Évaluation **formative** est mise en place durant le processus d'apprentissage
- **Évaluation de la satisfaction** de la formation sur grille individuelle d'évaluation de fin de formation (avec votre accord, votre note globale et vos commentaires seront publiés sur notre site).
- Pour finir, il y aura une **évaluation individuelle écrite** réalisée en fin de formation organisée, dans le respect de la réglementation qualité Qualiopi. Ceci afin d'évaluer les connaissances acquises.
  
- Remise d'un **Certificat de Réalisation** qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
- Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environ 6 mois après la fin de la formation.

### Accessibilité :

L'atelier dispose d'aménagement adapté pour l'accueil des personnes à mobilité réduite.

Les fils de Fleur étudiera l'adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.

## MODULE 5 : RETOUCHE DE VÊTEMENT COMPLEXE : AJUSTEMENT ET TRANSFORMATION

**Type de formation** : Formation inter-entreprise dans nos locaux.

**Prérequis** : Dexterité manuelle. Dexterité manuelle. Avoir acquis les compétences des « Module 1 : les techniques essentielles », « Module 3 : fabrication d'un vêtement féminin », « Module 4 : conception d'un vêtement féminin »

**A l'issue de la formation, vous serez apte à :**

- Identifier les possibilités de réparation d'un vêtement
- Préparer un vêtement en vue de lui donner une seconde vie
- Retoucher un vêtement et lui donner une seconde vie

**Durée** : 16h

**Coût pédagogique** : 400 €

Frais annexes :

- Frais d'inscription et suivi administratif : 45 euros TTC
- Matériel technique à avoir, ou vendu (environ 50 euros), sur liste imposée
- Tissus et consommables pour les ouvrages : achats personnels selon liste imposée, ou vendu (estimation : 50 euros)

**Modalités et délais d'accès à la formation :**

L'accès à nos formations peut être initié, soit :

- Par l'employeur
- A l'initiative du salarié avec l'accord de ce dernier
- A l'initiative propre du salarié

Pour chaque demande de formation, notre service réalise un **entretien téléphonique** avec le référent pédagogique afin d'établir un **premier entretien personnalisé** qui prend en compte les attentes.

Lors de cet entretien, les modalités de déroulement de la formation, le ou les objectifs, les connaissances et les compétences acquises, les sources de financement, etc...sont précisés.

Sont ensuite préparés **devis personnalisé puis convention de formation**.

A réception du devis et de la convention signés, la **demande de prise en charge** peut alors être faite.

L'organisation logistique, technique, pédagogique et financière est établie lors des divers échanges avec notre service formation et le commanditaire.

Le **délai d'accès** aux formations, tient compte de ces différentes formalités afin d'être accessible dans un **temps d'environ un mois avant le début de l'action (moins sans prise en charge)**.

**Contact** : Mariamme Fleur Camara

**Méthodes mobilisées :**

Toutes nos formations sont proposées en format présentiel et sont individuelles, inter ou intra-entreprises (groupe) afin de mieux coller aux besoins professionnels des stagiaires, en fonction de leur métier et domaine d'activité.

Nous alternons entre théories et de nombreux exercices pratiques.

Pour plus de confort, nous accueillons **4 personnes maximum par formation**.

#### **Evaluation :**

- **Une phase de diagnostic** et d'analyse de la demande est réalisée au démarrage de formation (analyse des besoins)
- Évaluation **des acquis** à l'entrée de la formation.
- Évaluation **formative** est mise en place durant le processus d'apprentissage
- **Évaluation de la satisfaction** de la formation sur grille individuelle d'évaluation de fin de formation (avec votre accord, votre note globale et vos commentaires seront publiés sur notre site).
- Pour finir, il y aura une **évaluation individuelle écrite** réalisée en fin de formation organisée, dans le respect de la réglementation qualité Qualiopi. Ceci afin d'évaluer les connaissances acquises.
  
- Remise d'un **Certificat de Réalisation** qui précise le niveau d'atteinte des objectifs de développement des compétences professionnelles.
- Questionnaire d'évaluation de la mise en œuvre des compétences développées, à froid environ 6 mois après la fin de la formation.

#### **Accessibilité :**

L'atelier dispose d'aménagement adapté pour l'accueil des personnes à mobilité réduite.

Les fils de Fleur étudiera l'adaptation des moyens de la prestation pour les personnes en situation de handicap.