

## PREPARATION AU CAP METIERS DE LA MODE – VETEMENT FLOU (CAP MMVF)

**Formation diplômante** – RNCP N°37245

Code CPF 242381

Code Certif Info N°74733

Formacode(s) : 21759 : Couture flou

APE 1413Z

2025 : 1 personne a obtenu le CAP MMVF / 1 personne et 1 personne a validé le bloc 2 du CAP MMVF / 1 personne

2024 : 5 personnes ont obtenu le CAP MMVF / 6 personnes

2023 : 10 personnes ont obtenu le CAP MMVF / 10 personnes

2022 : 8 personnes ont obtenu le CAP MMVF / 9 personnes

2021 : 7 personnes ont obtenu le CAP MMVF / 8 personnes

Taux de réussite de 91 % et taux de satisfaction de 91%

### 1. OBJECTIFS

---

- Préparer et s'entraîner aux épreuves pratiques EP1 et EP2 du CAP MMVF définies par le référentiel d'examen du Ministère de l'Education Nationale et de la Jeunesse RNCP 37245 (Certification de niveau 3).  
Pas de préparation aux épreuves générales et PSE.
- Se présenter comme candidat libre aux épreuves du CAP Métiers de la mode - vêtement flou.

### 2. DEBOUCHES

---

Opérateur de fabrication dans des entreprises très diversifiées (PMI, PME, entreprises artisanales, grandes entreprises), ayant une production de prêt-à-porter, moyen et haut de gamme, ou couture ou haute couture ou artisanale.

### 3. SUITE DE PARCOURS

---

- certificat de spécialisation : essayage-retouche-vente,
- bac professionnel : Bac pro métiers de la couture et de la confection,
- DTMS Métiers du spectacle option techniques de l'habillement,
- brevet professionnel : BP vêtement sur mesure option C couture flou,
- CAP métiers de la mode - vêtement tailleur.

### 4. PUBLIC CONCERNE

---

Tout public (débutant accepté) : demandeurs d'emploi inscrits à France Travail à l'entrée en formation, salariés, artisans... désirant se former / se perfectionner / se reconvertir en couture.

### 5. PRE-REQUIS

---

Aucun pré-requis.

### 6. CONTENU

---

La formation complète est composée de 12 modules.

#### >> **Bloc de compétences RNCP37245BC01 - Analyse d'exploitation de données esthétiques et techniques (EP1)**

*Lire, décoder, sélectionner et classer les informations / Participer à la construction des éléments du modèle / Effectuer les opérations de préparation de la coupe*

Module 1 : technologie des textiles et du matériel

Module 2 : esthétisme

Module 3 : patronage industriel  
Module 4 : modélisme  
Module 5 : gestion d'entreprise  
Module 6 : examen blanc

## >> Bloc de compétences RNCP37245BC02 - Mise en œuvre de la fabrication de tout ou partie d'un vêtement (EP2)

*Régler, mettre en œuvre et maintenir en état les matériels / Appliquer une organisation au poste de travail / Effectuer les opérations de coupe et d'entoilage / Effectuer les opérations de préparation à l'essayage / Réaliser les opérations 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*

Module 7 - Jupe  
Module 8 - Robe  
Module 9 - Chemisier  
Module 10 - Veste  
Module 11 - Short  
Module 12 – Examen blanc

- Programme détaillé envoyé sur demande.
- Possibilité de suivre 1 bloc de compétence (EP1 ou EP2) ou les 2 blocs de compétences (EP1 ET EP2).
- Aménagement du programme de chaque bloc de compétences suivant le parcours professionnel du bénéficiaire.
- Possibilité de faire des stages de 8 semaines.

## 7. MOYENS PEDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

---

- Approche pédagogique centrée sur la pratique en groupe de 2 à 4 personnes. Suivi personnalisé tout au long de votre parcours de formation avec les conseils avisés toute la journée de la formatrice
- Apprendre les techniques utilisées pour coudre des vêtements du vestiaire féminin en réalisant des pièces d'études des éléments de vêtements (manches, cols, poches, finition taille, encolure...). Création d'un classeur des techniques de montage et de finition. Réalisation en autonomie de modèles d'examen (jupe, robe, chemisier, veste et short) en suivant les gammes de montage industrielle.
- Outils et matériels pédagogiques : gammes opératoires et patrons des sujets d'examen, gabarits et tissus pour les pièces d'étude, fiches techniques.
- Mis à la disposition du bénéficiaire dans l'atelier professionnel : 1 piqueuse plate, 2 machines à coudre familiales, 1 surjeteuse professionnelle, 1 surjeteuse semi-professionnelle, 2 tables de coupe, 1 centrale vapeur, 1 presse, 1 mannequin, le petit matériel nécessaire au travail : consommables fils, mercerie, tissu si besoin, patrons, papier...
- Venir avec son trousseau de couturière (une liste lui sera fourni ainsi qu'une bibliographie), un bloc note, un classeur pour ranger les pièces d'étude et les documents pédagogiques.
- Travail à domicile important avec l'accès obligatoire à 1 machine à coudre, 1 surjeteuse et 1 centrale vapeur.

## 8. MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

---

- Évaluation sur les réalisations en cours de formation et des exercices rendus.
- Livret individuel de formation rempli tout au long de la formation.
- Attestation de fin de formation indiquant les connaissances acquises remise au bénéficiaire pour faire valoir ses nouvelles compétences.
- Aucun diplôme remis.
- Inscriptions à l'examen auprès du rectorat de Nantes entre mi-octobre et mi novembre (votre centre de formation prend en charge toutes les inscriptions). Examens du CAP MMVF entre la fin mai et courant juin.

## 9. DATES

---

Du 13 octobre 2026 au 21 mai 2027.

## 10. DUREE

---

- Formation complète de 590h : 246h en présentiel et 315 heures en distanciel
- 5 à 8 semaines de stage (175h à 280 h).
- Travail à domicile très important et essentiel pour la réussite de la formation(distanciel)

## 11. TARIF

---

Tarif : 9840 €

Pour bénéficier d'une prise en charge par un organisme financeur, effectuer une demande individuelle de plan de formation directement auprès de l'organisme concerné. Inscription définitive dès réception de l'accord, deux semaines avant le début de la formation.

Formation éligible au CPF.

## 12. ACCESSIBILITE POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

---

Afin d'établir les modalités d'accessibilité et d'adaptation à la formation pour les personnes en situation de handicap, contacter Julie Delaporte au 06 86 67 83 25 ou [contact@jacquette.net](mailto:contact@jacquette.net).

## 13. INSCRIPTIONS

---

Jusqu'à 1 mois avant le début de la formation auprès de Julie Delaporte au 06 86 67 83 25 ou [contact@jacquette.net](mailto:contact@jacquette.net)

## 14. LIEU

---

Le Garage 40 rue des Halles à Saint-Nazaire. (10 minutes à pied de la gare SNCF)

## 15. FORMATRICE

---

Passionnée par l'artisanat et la transmission, Julie Delaporte est titulaire du CAP Métiers de la mode – vêtement flou (2014) et du CAP Métiers de la mode – vêtement tailleur (mention très bien, 2025). Elle croit profondément en la valeur des savoir-faire traditionnels et s'engage à les faire vivre à travers ses formations et créations.

Installée à Saint-Nazaire, elle anime des cours de couture loisirs dans son atelier-boutique, situé au Garage, un pôle créatif partagé. Elle y accompagne également des stagiaires en formation professionnelle, en proposant un enseignement personnalisé, exigeant et bienveillant.

Son programme de formation vise à transmettre les compétences techniques et théoriques nécessaires pour évoluer en tant qu'artisan couturier(e), tout en encourageant le développement créatif et professionnel de chacun.

Julie est aussi la créatrice de Jacquette, une marque qui revisite les accessoires textiles et vêtements avec un goût affirmé pour les matières vintage, notamment le canevas et le velours.

Donner des cours est une évidence pour elle : la couture est une histoire de passion autant que de transmission.

### *Jacquette*

Julie Delaporte  
48 rue de toutes aides  
44600 Saint Nazaire  
06 86 67 83 25  
[contact@jacquette.net](mailto:contact@jacquette.net)

[www.jacquette.net](http://www.jacquette.net)  
Entreprise individuelle  
n°siret : 80076172800024  
NDC : 52 44 09 04 144  
non assujetti à la TVA selon art 293 du CGI