

# CAP Métiers de la mode, vêtement flou

Préparer le CAP à temps plein en un an ou en alternance dans les ateliers du Lycée Elisa Lemonnier. Formation en présentiel et à distance. Formation éligible au CPF.

Taux de réussite : 100%

## Dates

Session du 19/09/2025 au 30/06/2026

## Modalités de formation

Cours du jour, En alternance, Formation en présentiel et à distance

## Public visé

tout public

## Durée

630h (en centre), 392h (en entreprise)

Le volume horaire renseigné correspond à l'enseignement des matières professionnelles. Prévoir 120 heures supplémentaires pour les matières générales.

## Prix

Tarif tout public - prix total : 13860,00€

Le coût indiqué est celui du parcours avec les matières professionnelles. Nous contacter pour connaître le coût des matières générales.

## Lieu(x) de la formation

Lycée polyvalent Elisa Lemonnier  
20 avenue Armand Rousseau, 75012 Paris

## Effectif

8-15

## Contact

GRETA CDMA  
Agence administrative et commerciale  
21 rue de Sambre et Meuse  
75010 PARIS  
<https://www.cdma.greta.fr>

## Référent(e) formation

Kinda ROGUET-MOULKI  
01.43.46.73.03  
07.57.09.43.05

## Référent(e) handicap

Sabrina TALCONE  
01.43.46.73.12  
06.21.20.89.21

## Objectifs

- 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'oeuvre;
- 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.

Le titulaire du CAP Métiers de la mode Vêtement Flou est un opérateur intervenant dans la réalisation de produits textiles. Il travaille selon la technique du « flou » afin de réaliser des vêtements souples et déstructurés, par opposition à la réalisation selon la technique « tailleur ».

Il peut s'insérer directement en emploi en tant que couturier, mécanicien modèle ou envisager une poursuite de formation vers un Bac Pro Métiers de la mode ou Métiers du cuir, ou un Brevet Professionnel Couture Flou de niveau 4

## Prérequis

Être titulaire d'un CAP ou d'un Baccalauréat afin d'être dispensé de l'enseignement général (justificatif de diplôme à fournir)

Avoir une appétence pour la couture et la mode associée à un projet professionnel dans le domaine

# Contenus

Le programme porte sur le patronnage 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 oeuvre de la fabrication de tout ou partie d'un vêtement-  
Régler, mettre en oeuvre 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

Des modules additionnels complètent cette formation : Accompagnement professionnel, Initiation à CLO3D, mode responsable

En cas de non-dispense de l'enseignement général, se rajoutent :

Bloc de compétences de la fiche n°RNCP37245BC03 - Français - Histoire-géographie-enseignement moral et civique

Bloc de compétences de la fiche n°RNCP37245BC04 - Mathématiques et physique-chimie

Bloc de compétences de la fiche n° RNCP37245BC05 - Éducation physique et sportive

Bloc de compétences de la fiche RNCP37245BC06 - Prévention-santé-environnement

Le parcours de formation, en fonction des pré-requis, du positionnement et du projet professionnel portera sur la validation de tous les blocs de compétences ou de certains. Chaque bloc peut être obtenu indépendamment de manière progressive.

## Méthodes pédagogiques

Alternance de cours, exposés théoriques et techniques, de démonstrations et de mise en situation en atelier  
Suivi individualisé

## Moyens pédagogiques

Atelier de couture et patronnage  
Équipement informatique personnel fonctionnel avec connexion Internet fluide pour les séances en classe virtuelle  
Plate-forme de formation à distance  
Accompagnement et assistance technique et pédagogique

## Modalités d'admission et de recrutement

Déposez votre candidature directement sur le site, sur le bouton "déposer sa candidature" avec votre CV, lettre présentant votre projet et votre motivation.

## Modalités d'évaluation

Épreuve ponctuelle

## Reconnaissance des acquis

N° de fiche RNCP : 37245  
Certificateur : Ministère de l'Éducation nationale et de la jeunesse Date d'échéance de l'enregistrement : 31-08-2026  
CAP Métiers de la mode, vêtement flou  
Attestation de suivi de présence  
Attestation d'acquis ou de compétences

## Intervenant(e)(s)

Professionnels du secteur

## Codification de l'offre

Rome : B1803 - Réalisation de vêtements sur mesure ou en petite série