CAP MMCM

187 Fiches de Révision

CAP MMCM

Métiers de la mode - chapelier-modiste

- Fiches de révision
- Fiches méthodologiques
- Tableaux et graphiques
- Retours et conseils

Conforme au Programme Officiel

Garantie Diplômé•e ou Remboursé•e

4,7/5 selon l'Avis des Étudiants

capchapelier.fr

Préambule

1. Le mot de la formatrice :



Hello, moi c'est **Clara** 👋

D'abord, je tiens à te remercier de m'avoir fait confiance et d'avoir choisi www.capchapelier.fr pour tes révisions.

Si tu lis ces lignes, tu as fait le choix de la **réussite**, bravo.

Dans cet E-Book, tu découvriras comment j'ai obtenu mon **CAP MMCM** avec une moyenne de **17,20/20**.

2. Pour aller beaucoup plus loin :

Vous avez été très nombreux à nous demander de créer une **formation 100 % vidéo** dédiée au domaine **Industrie & Technologies** pour maîtriser toutes les notions.

Chose promise, chose due : Nous avons créé cette formation unique composée de **5 modules ultra-complets** (1h14 au total) afin de t'aider à **réussir les épreuves** du CAP.



3. Contenu du dossier Industrie & Technologies :

1. **Vidéo 1 - Comprendre la production industrielle et les procédés (15 min) :** Vue globale des procédés et de la chaîne de production.

2. **Vidéo 2 - Maintenance, fiabilité et sécurité des systèmes (14 min) :** Principes pour fiabiliser et sécuriser les équipements.

3. **Vidéo 3 - Électricité, automatisme et pilotage des installations (14 min) :** Bases pour comprendre et piloter les systèmes automatisés.

4. **Vidéo 4 - Qualité, métrologie, contrôle et traçabilité (17 min) :** Repères pour contrôler, mesurer et tracer la qualité.

5. **Vidéo 5 - Organisation industrielle, flux, amélioration continue et projets (14 min) :** Outils pour améliorer les flux et les méthodes de travail.

Découvrir

Table des matières

Français ..... Aller

Chapitre 1 : Se dire, s'affirmer et s'émanciper par les mots ..... Aller

Chapitre 2 : S'informer, informer et communiquer avec rigueur ..... Aller

Chapitre 3 : Rêver, imaginer et créer des univers littéraires ..... Aller

Chapitre 4 : Dire, lire et écrire le métier avec justesse ..... Aller

Histoire-géographie ..... Aller

Chapitre 1 : La France, de la Révolution à la Ve République ..... Aller

Chapitre 2 : La construction européenne depuis 1950 ..... Aller

Chapitre 3 : Transports et mobilités dans les territoires ..... Aller

Chapitre 4 : Espaces urbains en France ..... Aller

Enseignement moral et civique ..... Aller

Chapitre 1 : État de droit, libertés fondamentales et laïcité ..... Aller

Chapitre 2 : Information, responsabilité et biodiversité ..... Aller

Chapitre 3 : République et Nation : la délibération ..... Aller

Chapitre 4 : Cohésion sociale, égalité, solidarité ..... Aller

Chapitre 5 : Participation et engagement politiques ..... Aller

Mathématiques ..... Aller

Chapitre 1 : Calculs numériques et proportionnalité ..... Aller

Chapitre 2 : Équations du premier degré et fonctions ..... Aller

Chapitre 3 : Statistiques et probabilités au quotidien ..... Aller

Chapitre 4 : Géométrie : figures, solides et mesures ..... Aller

Physique-chimie ..... Aller

Chapitre 1 : Électricité : mesurer et exploiter des signaux ..... Aller

Chapitre 2 : Mécanique : mouvements et équilibres ..... Aller

Chapitre 3 : Chimie : étudier les solutions en toute sécurité ..... Aller

Chapitre 4 : Signaux sonores et lumineux ..... Aller

Chapitre 5 : Températures, états et transferts thermiques ..... Aller

Langue vivante étrangère : Anglais ..... Aller

Chapitre 1 : Comprendre les messages simples ..... Aller

Chapitre 2 : S'exprimer en anglais au quotidien et au travail ..... Aller

Chapitre 3 : Lire, écrire et découvrir les cultures anglophones ..... Aller

Éducation physique et sportive ..... Aller

Chapitre 1 : Doser son effort et mesurer ses progrès ..... Aller

Chapitre 2 : Badminton : choisir ses coups et tenir son rôle ..... Aller

Chapitre 3 : Musculation : s'entraîner et préserver sa santé ..... Aller

Prévention santé environnement ..... Aller

Chapitre 1 : Hygiène de vie, sexualité et prévention en santé ..... Aller

Chapitre 2 : Environnement : ressources, risques et nuisances ..... Aller

Chapitre 3 : Droits au travail et suivi médical ..... Aller

Chapitre 4 : Prévenir les risques professionnels et secourir ..... Aller

Chapitre 5 : Budget, assurances et consommation ..... Aller

Analyse du modèle et patronnage ..... Aller

Chapitre 1 : Analyser la demande et le modèle ..... Aller

Chapitre 2 : Prendre les mesures et définir le coiffant ..... Aller

Chapitre 3 : Construire et transformer les patronnages ..... Aller

Connaissance des matières et des fournitures ..... Aller

Chapitre 1 : Origines et propriétés des matières d'œuvre ..... Aller

Chapitre 2 : Présentation et ennoblissement des matériaux ..... Aller

Chapitre 3 : Fournitures et compatibilité des matériaux ..... Aller

Matériels et organisation de l'atelier ..... Aller

Chapitre 1 : Organiser l'atelier et sécuriser les postes ..... Aller

Chapitre 2 : Choisir et régler les matériels de fabrication ..... Aller

Chapitre 3 : Utiliser et protéger les formes de moulage ..... Aller

Chapitre 4 : Assurer l'entretien et la maintenance courante ..... Aller

Procédés de fabrication et de transformation ..... Aller

Chapitre 1 : Du placement à l'assemblage en coupé-cousu ..... Aller

Chapitre 2 : Mouler les matières et assembler les tresses ..... Aller

Chapitre 3 : Apprêter les matières et tendre les tissus ..... Aller

Chapitre 4 : Réaliser les finitions et poser les garnitures ..... Aller

Chapitre 5 : Rénover, transformer et remettre à taille ..... Aller

Gestion des réalisations et communication ..... Aller

Chapitre 1 : Estimer les coûts et suivre les stocks de matières ..... Aller

Chapitre 2 : Contrôler le coiffant et les finitions ..... Aller

Chapitre 3 : Renseigner les documents de suivi technique ..... Aller

Chapitre 4 : Communiquer avec l'équipe et les fournisseurs ..... Aller

Chapitre 5 : Accueillir, conseiller et accompagner la vente ..... Aller

Arts appliqués à la chapellerie ..... Aller

Chapitre 1 : Repères de l'histoire du chapeau et du costume ..... Aller

Chapitre 2 : Styles et usages culturels ..... Aller

Chapitre 3 : Analyser les formes, les couleurs et les matières ..... Aller

Chapitre 4 : Exprimer une proposition par dessin et maquette ..... Aller

Français

Présentation de la matière :
En CAP Métiers de la mode - chapelier-modiste, le Français t'apprend à comprendre des textes, écrire clairement et présenter ton travail. L'épreuve commune avec l'Histoire-géographie et l'EMC a un **coefficient de 3**.

En **CCF en dernière année**, tu réalises un écrit en 3 étapes de 40 minutes et un oral de 10 minutes maximum. Chaque évaluation est notée sur 20.

Si tu passes l'examen final ponctuel, le Français comprend un écrit de 2 heures et un oral de 10 minutes.

Conseil :
Je te conseille de réserver **15 minutes régulières** pour lire un texte court, reformuler son idée principale et rédiger quelques phrases. Relis ensuite les accords et la ponctuation. Mieux vaut avancer progressivement que tout reprendre au dernier moment.

Pour préparer l'oral, entraîne-toi à présenter une réalisation, comme un chapeau confectionné en atelier. Explique tes choix avec des **exemples concrets**. Enregistre-toi pour repérer les passages confus, sans chercher à réciter parfaitement.

Table des matières

Chapitre 1 : Se dire, s'affirmer et s'émanciper par les mots ..... Aller
1. Lire et analyser des paroles ..... Aller
2. S'affirmer et rédiger ..... Aller

Chapitre 2 : S'informer, informer et communiquer avec rigueur ..... Aller
1. Chercher et vérifier une information ..... Aller
2. Transmettre une information clairement ..... Aller
3. Communiquer avec précision au travail ..... Aller

Chapitre 3 : Rêver, imaginer et créer des univers littéraires ..... Aller
1. Entrer dans un univers littéraire ..... Aller
2. Imaginer et rédiger un monde ..... Aller

Chapitre 4 : Dire, lire et écrire le métier avec justesse ..... Aller
1. Lire un document professionnel ..... Aller
2. Parler du travail avec précision ..... Aller
3. Rédiger une note professionnelle ..... Aller

Chapitre 1 : Se dire, s'affirmer et s'émanciper par les mots

1. Lire et analyser des paroles :

Repérer l'idée principale :
Quand tu lis un texte sur l'identité ou la liberté, commence par repérer qui parle, à qui et dans quelle situation. Observe le titre, la date et le genre du texte, puis souligne les mots qui expriment un sentiment, une opinion ou une revendication.

Comprendre comment les mots agissent :
Une personne peut se raconter, affirmer ses choix ou contester une règle grâce aux mots. Pour analyser un passage, demande-toi ce que le personnage veut faire entendre et quels mots le montrent. Une répétition peut insister, une question peut provoquer, un « je » peut affirmer une identité.

Je te conseille de séparer les faits de ton interprétation. Note d'abord ce que le texte dit, puis explique ce que tu en comprends en t'appuyant sur un mot ou une courte citation. Cette méthode évite les réponses vagues comme « le texte est triste ».

Exemple d'analyse :
Dans « Je choisis ma voie », le verbe « choisis » montre que la personne décide elle-même. Tu peux écrire : « Le personnage s'affirme, car le verbe “choisis” exprime une décision personnelle. ».

Repère	Question à te poser	Exemple de réponse
Le locuteur	Qui s'exprime ?	Une jeune personne raconte son choix.
Le but	Que veut-elle faire entendre ?	Elle veut être libre de décider.
Les mots	Quels mots soutiennent ton idée ?	« Je choisis » souligne sa décision.

2. S'affirmer et rédiger :

Exprimer ton point de vue :
S'affirmer, ce n'est pas parler plus fort que les autres. C'est dire ce que tu penses de façon claire et respectueuse, puis donner une raison. Des phrases simples t'aident à défendre une idée sans attaquer la personne qui n'est pas d'accord.

- Je pense que…
- À mon avis…
- Je ne suis pas d'accord, parce que…
- Je comprends cette idée, toutefois…

Construire un texte clair :

Pour rédiger, organise tes idées en 3 étapes : présente ton sujet, explique ton point de vue avec 1 ou 2 raisons, puis termine par une phrase qui résume ton idée. Utilise des connecteurs comme « d'abord », « ensuite », « parce que » et « donc ».

En atelier ou en stage, des mots précis t'aident aussi à expliquer un besoin ou une difficulté. Dire « Je n'ai pas compris cette consigne, peux-tu me montrer la première étape ? » est plus utile que de rester silencieux et de risquer une erreur.

Mini-cas et livrable attendu :
En stage, tu dois présenter une création de chapeau à l'équipe en 2 minutes. Prépare un texte de 6 phrases : nom du modèle, inspiration, matière, forme, difficulté rencontrée et choix final. Relis-le, puis entraîne-toi une fois à voix haute.

Résultat attendu : tu présentes ton travail sans oublier les informations importantes et tu expliques tes choix avec assurance. Le livrable est une fiche de présentation de 6 phrases, remise à ton enseignant ou à ton tuteur de stage.

Exemple de prise de parole :
« J'ai choisi cette forme pour rappeler les fleurs du jardin. Le feutre tient bien la couronne, mais la première garniture était trop lourde. Je l'ai remplacée par un ruban plus léger. ».

Ta check-list avant de parler ou d'écrire :

- J'ai identifié le sujet ou la consigne.
- J'ai formulé mon idée principale en une phrase.
- J'ai choisi 1 ou 2 raisons précises.
- J'ai utilisé des mots adaptés et respectueux.
- J'ai relu mon texte ou répété ma présentation une fois.

Ce qu'il faut retenir

Pour analyser un texte, repère qui parle, ce qu'il veut exprimer et les mots qui appuient ton interprétation. Pour t'affirmer, formule ton avis clairement et avec respect.

- Appuie ton analyse sur une **courte citation** et distingue les faits de ton interprétation.
- Défends ton point de vue avec une raison, sans attaquer les autres.
- Organise tes idées : présente le sujet, explique ton avis, puis conclus.
- Avant de parler ou d'écrire, relis ton texte ou répète ta présentation.

Des mots précis t'aident à exprimer tes choix, tes besoins et tes difficultés avec assurance. Une préparation simple rend ton message plus clair.

Chapitre 2 : S'informer, informer et communiquer avec rigueur

1. Chercher et vérifier une information :

Repérer les informations utiles :
Avant de commencer un travail, tu dois savoir ce qui est demandé, pour qui et pour quand. Lis les consignes jusqu'au bout, repère les mots importants et note les mesures, les matières, les délais ou les contraintes à respecter.

Vérifier avant de transmettre :
Une information imprécise peut entraîner une erreur de coupe, un mauvais choix de matière ou un retard. Pour éviter ça, vérifie la source et la date, puis compare les informations avec la fiche de travail ou demande une confirmation à la personne concernée.

Au stage, j'ai appris à ne pas me fier à une mesure entendue à la volée. Une note écrite, relue et datée évite les malentendus, surtout quand plusieurs personnes interviennent sur le même chapeau.

Exemple de vérification :
Une cliente demande un chapeau pour le 18 juin, avec un tour de tête de 56 cm. Tu inscris ces 2 informations sur la fiche, puis tu les lui fais confirmer avant de commencer.

Information	Question à te poser
Mesure	Est-elle notée avec son unité ?
Délai	La date est-elle confirmée ?
Matière	Le nom ou la référence est-il précis ?
Consigne	Sais-tu qui l'a donnée ?

2. Transmettre une information clairement :

Organiser ton message :
Pour informer quelqu'un, donne d'abord le sujet, puis les faits essentiels et enfin l'action attendue. Utilise des mots simples et des phrases courtes. À l'oral comme à l'écrit, précise les noms, les dates et les mesures au lieu de dire « bientôt » ou « comme prévu ».

Adapter ton ton et ton support :
À une cliente, tu expliques sans jargon ce qui est possible et quand l'objet sera prêt. À ta tutrice, tu transmets les détails utiles au travail. Une fiche, un courriel ou un échange oral ne servent pas toujours au même besoin.

Exemple de message professionnel :

« Bonjour, le ruban bleu marine prévu pour le chapeau n'est plus disponible. J'ai repéré une référence proche, à 12 euros le mètre. Peux-tu valider ce choix avant la commande de 2 mètres ? ».

3. Communiquer avec précision au travail :

Écouter et reformuler :
Bien communiquer, ce n'est pas seulement parler. Écoute sans interrompre, prends une note si nécessaire, puis reformule les points importants. Cette habitude est particulièrement utile quand une consigne change pendant la fabrication ou qu'une cliente précise sa demande.

Mini cas et livrable attendu :
En stage, tu dois préparer un bibi pour une cliente avant le 18 juin. Le tour de tête est de 56 cm, la garniture choisie est une fleur ivoire et le budget maximal est de 45 euros. Tu vérifies chaque donnée, puis tu les transmets à ta tutrice.

Le livrable attendu est une fiche de commande lisible, datée et complète. Elle comporte le nom de la cliente, la mesure, la date de remise, la garniture et le budget. Ta tutrice peut ainsi vérifier le projet avant le début de la fabrication.

Ta check-list sur le terrain :

- Note les mesures avec leur unité, par exemple 56 cm.
- Inscris les dates en entier pour éviter toute confusion.
- Vérifie les matières et les quantités avant une commande.
- Reformule une consigne si un point reste flou.
- Relis ton message avant de l'envoyer ou de le remettre.

Ce qu'il faut retenir

Pour éviter les erreurs, vérifie les informations avant de les transmettre et consigne-les clairement. Adapte ton message à la personne et au support.

- Repère les **consignes essentielles** : mesures, matières, délais et contraintes.
- Confirme la source, la date et les données, puis note-les sur une fiche lisible.
- Transmets les faits et l'action attendue avec des mots simples et précis.
- Écoute, prends des notes et reformule toute consigne incertaine.

Une fiche complète, datée et relue aide ton équipe à valider le projet et à travailler sans malentendu.

Chapitre 3 : Rêver, imaginer et créer des univers littéraires

1. Entrer dans un univers littéraire :

Repérer les indices :
Quand tu lis un récit, imagine que tu ouvres une porte. Observe le lieu, l'époque, les personnages et l'ambiance. Les descriptions, les objets et les sensations t'aident à comprendre où l'auteur veut t'emmener.

Lire avec méthode :
Commence par repérer le titre, l'auteur et le type de texte. Puis lis une première fois sans t'arrêter pour saisir l'histoire. À la deuxième lecture, souligne les mots qui évoquent le décor, les émotions ou l'étrange.

Note ensuite 3 éléments : où se déroule la scène, qui agit et ce qui change. Cette méthode m'aidait à ne pas me perdre dans les détails, surtout quand le texte inventait un monde très différent du nôtre.

Exemple de repérage :
Dans un récit, une rue silencieuse est éclairée par une lune violette. La rue situe l'action, le silence crée une ambiance inquiétante et la lune violette signale un univers imaginaire.

Indice dans le texte	Question à te poser
Le lieu	Où se passe la scène ?
Les personnages	Qui agit ou raconte ?
Les sensations	Quelle atmosphère se dégage ?
L'événement	Qu'est-ce qui change ?

2. Imaginer et rédiger un monde :

Construire une idée claire :
Pour inventer un univers, choisis d'abord un lieu, une époque et une règle étonnante. Ajoute ensuite un personnage qui a un désir ou un problème. Une règle simple rend ton monde crédible, même s'il contient de la magie.

Organiser ton récit :
Tu peux suivre un plan en 3 étapes : la situation de départ, l'événement qui bouleverse le quotidien, puis la réaction du personnage. Utilise des connecteurs comme « d'abord », « soudain », « ensuite » et « enfin » pour guider ton lecteur.

Choisis des mots précis pour les couleurs, les sons et les matières. Dans un atelier, tu sais qu'un tissu se décrit mieux avec des détails concrets. En littérature, c'est pareil : « un manteau rêche et bleu nuit » parle davantage que « un vêtement bizarre ».

Exemple d'invention :
Tu écris un récit de 120 mots situé dans une ville où les chapeaux gardent les souvenirs. Une modiste découvre un chapeau qui murmure le prénom de son ancienne propriétaire. Le livrable attendu est un texte avec un décor, un personnage, un événement et une fin.

Check-list avant de rendre ton texte :

- Ton univers est présenté en quelques phrases.
- Ton personnage veut quelque chose ou rencontre un problème.
- Ton récit suit un ordre facile à comprendre.
- Tu as relu les accords et la ponctuation.
- Tu as remplacé les mots vagues par des détails précis.

Ce qu'il faut retenir

Pour comprendre un univers littéraire, observe ses indices et lis le texte avec méthode. Pour en créer un, pose des bases claires et organise ton récit.

- Repère le **lieu, les personnages et l'ambiance**, puis note ce qui change.
- Choisis un lieu, une époque, une règle étonnante et un personnage avec un désir ou un problème.
- Structure ton récit en **trois étapes** et utilise des connecteurs pour guider le lecteur.
- Privilégie des **détails précis**, puis relis les accords et la ponctuation.

Un monde imaginaire devient plus crédible lorsque ses règles sont simples et ses détails concrets. Vérifie que ton texte est clair, ordonné et soigneusement relu.

Chapitre 4 : Dire, lire et écrire le métier avec justesse

1. Lire un document professionnel :

Repérer les informations utiles :
Quand tu lis une fiche de commande, une consigne de stage ou une notice, commence par repérer le document, son destinataire et son objectif. Entoure ensuite les informations pratiques : modèle, matière, couleur, mesures, délai et consignes d'entretien.

Comprendre les mots du métier :
Ne devine pas le sens d'un terme technique uniquement grâce à son apparence. Cherche sa définition dans le contexte, puis vérifie-la dans un glossaire ou auprès de ton enseignant. Tu éviteras ainsi de confondre une matière, un outil et une étape de fabrication.

Élément à repérer	Question à te poser	Exemple
La demande	Qu'est-ce qui est attendu ?	Un chapeau pour une cérémonie
Les contraintes	Quelles mesures ou consignes respecter ?	Tour de tête : 56 cm
Le délai	Pour quelle date le travail doit-il être prêt ?	Retrait vendredi à 16 h

Exemple de lecture d'une commande :
Tu lis : « Réaliser un bibi en feutre bleu marine, tour de tête 56 cm, avec une garniture discrète, pour vendredi. » Tu notes les 4 éléments à respecter : forme, matière et couleur, mesure, délai.

2. Parler du travail avec précision :

Choisir des mots clairs :
Pour expliquer ton travail, nomme les outils, les matières et les actions. Des verbes précis comme mesurer, couper, assembler ou garnir rendent ton explication plus facile à suivre. Évite les mots vagues comme « truc », « machin » ou « faire le chapeau ».

Présenter une étape dans l'ordre :
À l'oral, explique d'abord le but, puis les étapes réalisées et enfin le résultat. Utilise des connecteurs simples : d'abord, ensuite, puis, enfin. Ce fil conducteur t'aide à ne pas oublier une consigne lorsque tu présentes ton travail en atelier.

Exemple de présentation orale :

« D'abord, j'ai vérifié le tour de tête. Ensuite, j'ai préparé la forme en feutre. Puis, j'ai fixé la garniture. Enfin, j'ai contrôlé la tenue du bibi et son confort. ».

Faire une vérification rapide :

- Relis les mesures et les délais avant de répondre.
- Utilise le nom exact de l'outil ou de la matière.
- Explique une étape à la fois, dans l'ordre.
- Si une consigne est floue, pose une question précise.

3. Rédiger une note professionnelle :

Suivre un plan simple :
Une note utile répond à quelques questions : quel travail est prévu, avec quelles matières, quelles étapes restent à faire et pour quand ? Écris des phrases courtes, vérifie les noms propres et relis les chiffres, car une mesure mal recopiée peut changer le résultat.

Employer les bons connecteurs :
Les connecteurs montrent l'ordre ou la cause. Utilise « d'abord » et « ensuite » pour raconter les étapes, « car » pour expliquer une raison, puis « donc » pour annoncer une conséquence. Tu rends ainsi ton compte rendu plus logique sans écrire de longues phrases.

Mini cas et livrable attendu :
En stage, une cliente commande un bibi en feutre pour vendredi. Tu disposes de 30 minutes pour rédiger une note de suivi de 4 phrases, avec la mesure de 56 cm, les étapes et le contrôle final.

Exemple de note de suivi :
« Le bibi en feutre bleu marine est en préparation. Le tour de tête demandé est de 56 cm. La forme est préparée, il reste à fixer la garniture et à vérifier le confort. La commande doit être prête vendredi. ».

Le livrable attendu est une note courte, lisible et complète. Avant de la transmettre, vérifie que le modèle, la matière, la mesure, l'étape restante et le délai sont présents, sans ajouter d'information que la cliente n'a pas donnée.

Ce qu'il faut retenir

Pour travailler avec justesse, repère les informations essentielles d'un document et vérifie le sens des termes techniques. Présente ensuite ton travail avec des mots précis et rédige une note courte et complète.

- Identifie la demande, les **contraintes de réalisation** et le délai.
- Nomme précisément les outils, les matières et les actions.

- Explique les étapes dans l'ordre avec des connecteurs simples.
- Relis les mesures et vérifie que ta note contient toutes les informations utiles.

Une communication claire limite les erreurs et facilite le suivi du travail. Si une consigne est floue, pose une question précise.

Histoire-géographie

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, l'Histoire-géographie t'aide à comprendre la France depuis 1789, la construction européenne et les déplacements humains. Tu apprends à **analyser des documents**.

Cette matière participe à l'épreuve de Français, Histoire-géographie et EMC, de **coefficient global 3**, partagé avec le Français.

L'évaluation d'Histoire-géographie et EMC est orale. En CCF, elle dure 15 minutes maximum en dernière année. À l'examen final ponctuel, les 15 minutes comprennent **5 minutes de préparation**.

Conseil :
Je te conseille de réviser 15 minutes, 3 fois par semaine. Prépare des fiches courtes avec les dates, les lieux et le vocabulaire essentiel. Pour chaque document, repère l'auteur, la date et **l'idée principale**.

Entraîne-toi ensuite à expliquer un document à voix haute, sans lire tes notes. Évite de simplement décrire l'image. Explique son lien avec le cours. Si tu hésites, reprends calmement, tu n'as pas besoin de parler vite.

Table des matières

Chapitre 1 : La France, de la Révolution à la Ve République ..... Aller
1. De la révolution aux premières républiques ..... Aller
2. De la troisième république à la cinquième ..... Aller

Chapitre 2 : La construction européenne depuis 1950 ..... Aller
1. Construire la paix en europe ..... Aller
2. Approfondir et élargir l'union ..... Aller
3. Comprendre ce que cela change au quotidien ..... Aller

Chapitre 3 : Transports et mobilités dans les territoires ..... Aller
1. Comprendre les transports et les mobilités ..... Aller
2. Relier les territoires et leurs habitants ..... Aller
3. Organiser tes déplacements au quotidien ..... Aller

Chapitre 4 : Espaces urbains en France ..... Aller
1. Comprendre les espaces urbains ..... Aller
2. Identifier les acteurs et leurs choix ..... Aller
3. Étudier un projet près des commerces ..... Aller

Chapitre 1 : La France, de la Révolution à la Ve République

1. De la révolution aux premières républiques :

La révolution française :
En 1789, la Révolution commence en France. Le 14 juillet, la prise de la Bastille devient un symbole de la contestation du pouvoir royal. En août, les privilèges sont abolis et la Déclaration des droits de l'homme et du citoyen affirme des libertés nouvelles.

Des régimes qui se succèdent :
La monarchie est renversée en 1792 et la Première République est proclamée. En 1799, Napoléon Bonaparte prend le pouvoir. Il devient empereur en 1804. Après sa chute, la monarchie revient, puis une nouvelle révolution établit la Deuxième République en 1848.

Exemple d'un changement politique :
En 1848, la Deuxième République instaure le suffrage universel masculin. Cela signifie que les hommes adultes peuvent voter, mais pas les femmes. Pour retenir cette date, associe-la à une avancée concrète du droit de vote.

Repères à retenir :

Date	Événement	Ce qu'il faut retenir
1789	Révolution française	La monarchie est contestée et des droits sont proclamés.
1792	Première République	La monarchie est abolie.
1848	Deuxième République	Le suffrage universel masculin est instauré.

2. De la troisième république à la cinquième :

La république s'installe :
Après la défaite de 1870 face à la Prusse, la Troisième République est proclamée. Elle dure jusqu'en 1940. En 1905, la loi de séparation des Églises et de l'État pose le principe de la laïcité. En 1944, les femmes obtiennent le droit de vote.

La quatrième république :
Après la Seconde Guerre mondiale, la Quatrième République est mise en place en 1946. Elle reconstruit le pays, mais les gouvernements changent souvent. En 1958, une grave crise liée à la guerre d'Algérie conduit à la création d'un nouveau régime.

La cinquième république :
La Constitution de 1958 fonde la Cinquième République. Elle renforce le rôle du président de la République. Depuis 1962, le président est élu au suffrage universel direct. En 2000, son mandat est fixé à 5 ans.

Exemple d'étude de document :
Tu lis une affiche électorale datée de 1965, conservée dans une exposition à Paris. Repère la date, le candidat et l'élection présidentielle. Livrable attendu : une fiche de 4 lignes qui explique qu'il s'agit d'un vote présidentiel sous la Cinquième République.

Ta check-list pour analyser un repère historique :

- Repère la date exacte et le lieu mentionné.
- Identifie le régime politique en place.
- Nomme l'acteur ou l'événement principal.
- Explique en une phrase ce qui change pour les habitants.
- Vérifie que ton livrable contient les 4 informations demandées.

Questions rapides :

- Quel événement symbolise le début de la Révolution française ?
- En quelle année les femmes obtiennent-elles le droit de vote en France ?
- Quel texte fonde la Cinquième République ?

Ce qu'il faut retenir

Depuis 1789, la France connaît plusieurs régimes politiques. La Révolution affirme de nouveaux droits et met fin à la monarchie, tandis que les républiques élargissent progressivement la participation politique.

- En 1792, la **Première République** est proclamée. En 1848, le suffrage universel masculin est instauré.
- La Troisième République établit la **laïcité en 1905** ; les femmes obtiennent le droit de vote en 1944.
- La Constitution de 1958 fonde la **Cinquième République**. Depuis 1962, le président est élu au suffrage universel direct.

Pour analyser un repère historique, identifie sa date, le régime en place, l'événement et ce qui change pour la population.

Chapitre 2 : La construction européenne depuis 1950

1. Construire la paix en europe :

Le contexte de 1950 :
Après 2 guerres mondiales, l'Europe est détruite et les relations entre la France et l'Allemagne restent tendues. En 1950, des responsables cherchent donc un moyen concret de préserver la paix et de reconstruire les économies.

Les premières étapes :
Le 9 mai 1950, le ministre français Robert Schuman propose de mettre en commun la production de charbon et d'acier, utiles à l'industrie et à la fabrication des armes. En 1951, 6 pays signent le traité de Paris : la France, l'Allemagne de l'Ouest, l'Italie, la Belgique, les Pays-Bas et le Luxembourg. La Communauté européenne du charbon et de l'acier commence à fonctionner en 1952.

Une coopération qui s'élargit :
Le 25 mars 1957, les mêmes 6 pays signent les traités de Rome. La Communauté économique européenne doit développer les échanges et rapprocher les économies. L'Euratom organise leur coopération dans le domaine de l'énergie atomique. Ces communautés commencent à fonctionner en 1958.

Exemple de document à étudier :
La déclaration de Robert Schuman, prononcée le 9 mai 1950 à Paris, est un document politique. Repère l'auteur, la date et la proposition sur le charbon et l'acier. Elle montre que la coopération économique est pensée comme un moyen de rendre une nouvelle guerre entre la France et l'Allemagne moins probable.

2. Approfondir et élargir l'union :

Des frontières économiques plus ouvertes :
Au fil du temps, les pays membres renforcent leur coopération et d'autres pays les rejoignent. Le marché unique, lancé en 1993, facilite la circulation des personnes, des marchandises, des services et des capitaux. Cela ne signifie pas que toutes les règles nationales disparaissent.

De la CEE à l'union européenne :
Signé en 1992, le traité de Maastricht donne naissance à l'Union européenne en 1993 et prévoit une citoyenneté européenne ainsi qu'une coopération plus large. L'euro est utilisé pour les paiements électroniques à partir de 1999, puis les pièces et les billets arrivent en France le 1er janvier 2002.

Des adhésions successives :
La construction européenne ne concerne pas toujours les mêmes pays. La Grèce adhère en 1981, l'Espagne et le Portugal en 1986, puis 10 pays supplémentaires rejoignent l'Union

en 2004. Le Royaume-Uni en sort en 2020. Ces changements montrent que l'Union évolue avec les décisions de ses membres.

Exemple de mini-cas historique :
Tu prépares une frise pour expliquer l'évolution de l'Europe à ta classe. Note 4 repères : 1950, proposition Schuman, 1957, traités de Rome, 1993, création de l'Union européenne, 2002, arrivée des billets et pièces en euros. Livrable attendu : une frise d'une page avec 4 dates et une phrase explicative par date.

3. Comprendre ce que cela change au quotidien :

Une coopération concrète :
L'Union européenne établit des règles communes dans certains domaines et facilite les échanges entre ses membres. Pour toi, l'histoire des échanges rappelle qu'un objet peut être fabriqué, vendu ou acheté dans différents pays européens. Les règles applicables dépendent toutefois du domaine et doivent être vérifiées.

Un repère utile pour tes études :
Dans un cours d'histoire, évite de confondre le Conseil de l'Europe et l'Union européenne. Ce sont 2 organisations différentes. Pour raconter la construction européenne, associe chaque date à un lieu, un acteur et un objectif, plutôt que d'apprendre une suite de dates sans explication.

Repère	À retenir
1950	Robert Schuman propose une coopération sur le charbon et l'acier.
1957	Les traités de Rome élargissent la coopération économique.
1993	L'Union européenne et le marché unique prennent forme.
2002	Les pièces et les billets en euros arrivent en France.

Ta vérification rapide :

- Tu sais expliquer pourquoi les pays européens veulent préserver la paix après 1945.
- Tu peux nommer les 6 pays fondateurs.
- Tu distingues les traités de Rome de celui de Maastricht.
- Tu sais associer 1993 au marché unique et 2002 aux billets et pièces en euros.

Questions rapides :

- Pourquoi le charbon et l'acier sont-ils au cœur du projet de 1950 ?
- Quels sont les 2 grands repères de 1957 et de 1992 ?
- Que facilite le marché unique lancé en 1993 ?

Ce qu'il faut retenir

Après les guerres mondiales, la coopération européenne vise à préserver la paix et à rapprocher les économies. Retrouve ses principales étapes :

- **La proposition Schuman** de 1950 met en commun charbon et acier entre six pays fondateurs.
- Les traités de Rome de 1957 élargissent la coopération économique.
- **Le traité de Maastricht** donne naissance à l'Union européenne en 1993, année du marché unique.
- L'euro arrive sous forme de pièces et de billets en France en 2002.

Une union évolutive s'élargit au fil des adhésions et facilite les échanges. Pour comprendre son histoire, associe chaque date à un acteur et à un objectif, et distingue l'Union européenne du Conseil de l'Europe.

Chapitre 3 : Transports et mobilités dans les territoires

1. Comprendre les transports et les mobilités :

Les notions essentielles :
Un transport permet de déplacer des personnes ou des marchandises. La mobilité désigne le fait de se déplacer, par exemple pour aller au travail, étudier, faire des achats ou partir en vacances. Les déplacements relient différents lieux et organisent les territoires.

Des modes de transport variés :
Tu peux te déplacer à pied, à vélo, en voiture, en bus, en train, en avion ou en bateau. Les marchandises circulent aussi par camion, train ou bateau. Les réseaux relient ces moyens entre eux, mais leur présence varie selon les territoires.

Représentation visuelle

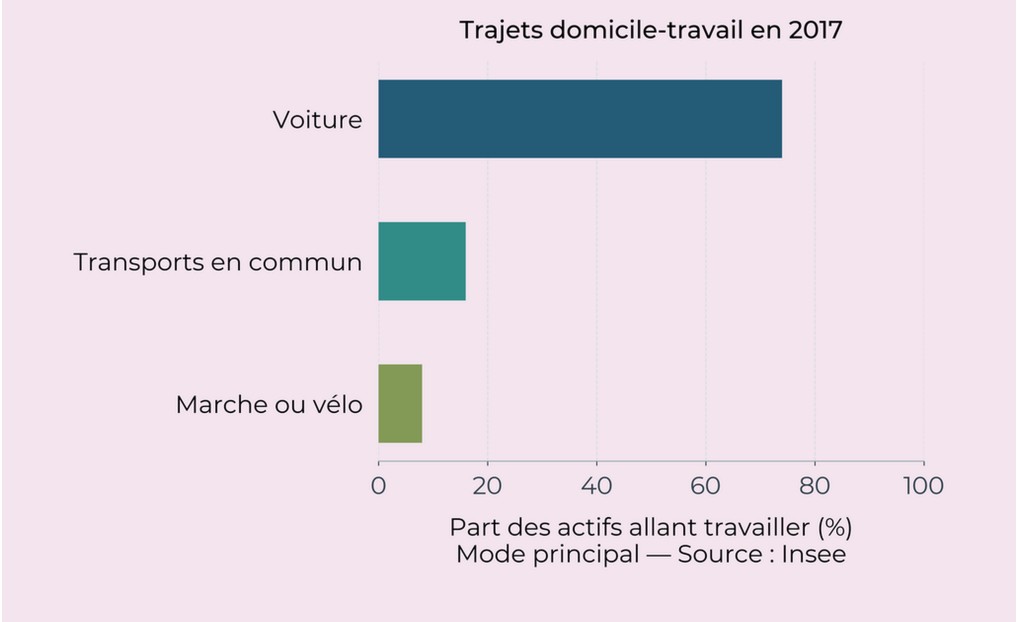


Traçage de patrons précis pour la fabrication de chapeaux

Des territoires plus ou moins accessibles :
Dans une grande ville, métro, tramway et bus offrent souvent plusieurs choix. Dans une commune rurale, les trajets sont parfois plus longs et la voiture peut être nécessaire. Cette différence d'accès aux transports peut compliquer l'accès aux études, au travail ou aux soins.

Selon l'Insee, en 2017, 74 % des actifs qui se déplaçaient pour aller travailler utilisaient principalement la voiture, contre 16 % les transports en commun et 8 % la marche ou le vélo. Ces chiffres décrivent les trajets domicile-travail, pas tous les déplacements.

Graphique chiffré



Situation	Exemple de mobilité	Effet concret
Centre-ville	Métro et marche	Plusieurs itinéraires possibles
Commune rurale	Voiture ou car	Horaires et distances à anticiper
Trajet entre régions	Train ou voiture	Le temps et le prix comptent

2. Relier les territoires et leurs habitants :

Des flux de personnes et de marchandises :
Un flux est une circulation entre plusieurs lieux. Les habitants circulent pour leurs activités quotidiennes, tandis que les entreprises transportent matières premières et produits finis. Les réseaux routiers, ferroviaires, maritimes et aériens permettent ces échanges à différentes échelles.

Des acteurs qui aménagent les réseaux :
L'État, les collectivités territoriales et les entreprises participent à l'organisation des transports. Ils construisent ou entretiennent les infrastructures et déterminent les services proposés. Une gare, une ligne de bus ou une piste cyclable peut ainsi modifier les déplacements d'un quartier ou d'une commune.

Des choix avec des effets différents :
La voiture offre de la souplesse, mais elle peut entraîner embouteillages et pollution. Les transports collectifs transportent plusieurs personnes à la fois, mais dépendent de leurs horaires et de leurs lignes. La marche et le vélo sont pratiques pour certains trajets courts, si le parcours est adapté.

Exemple d'étude de cas :
À Strasbourg, une élève habite à 3 km de son lieu de stage. Elle compare le tramway, le vélo et la marche, puis choisit un itinéraire de 20 minutes en tram avec une courte marche. Elle repère un trajet de secours en bus en cas de retard. Son livrable attendu est une fiche d'itinéraire avec 2 options, les horaires vérifiés et une heure d'arrivée prévue avec 10 minutes de marge.

Questions rapides :

- Quel moyen de transport relie le domicile au lieu de stage dans l'étude de cas ?
- Pourquoi prévoir une autre option de trajet ?
- Quels acteurs peuvent organiser un réseau de transport local ?

3. Organiser tes déplacements au quotidien :

Préparer un trajet fiable :
Pour aller en cours ou en stage, vérifie l'adresse exacte, la durée du trajet, les horaires et les correspondances. Prévois une marge, surtout si tu dois prendre un train ou un bus peu fréquent. Une capture d'écran de l'itinéraire peut t'aider si le réseau mobile ne fonctionne pas.

Penser à ton matériel :
En atelier ou en stage de chapellerie-modisterie, tu peux transporter un carnet, des outils ou une création fragile. Choisis un sac adapté et protège les objets de la pluie et des chocs. Évite de porter une boîte volumineuse dans un trajet bondé.

Check-list avant de partir :

- Vérifie l'adresse et l'heure de début du cours ou du stage.
- Regarde les horaires et prévois une solution de secours.
- Ajoute 10 minutes de marge quand le trajet le permet.
- Protège ton matériel et garde les objets fragiles avec toi.
- Repère le retour, surtout si les transports passent moins souvent le soir.

Sur le terrain, l'erreur fréquente est de regarder seulement la durée annoncée et d'oublier la marche jusqu'à l'arrêt ou le temps de correspondance. J'ai appris à vérifier tout le parcours, du départ jusqu'à l'entrée du lieu de stage, pas seulement le trajet principal.

Ce qu'il faut retenir

Les transports déplacent personnes et marchandises, tandis que la mobilité désigne les déplacements qui relient les lieux. L'accès aux réseaux varie selon les territoires et influence tes possibilités de déplacement.

- Les **modes de transport** comprennent la marche, le vélo, la voiture et les transports collectifs.
- Les réseaux facilitent les échanges, mais chaque mode a ses avantages et ses limites.
- Avant de partir, vérifie horaires, correspondances, trajet complet et solution de secours.
- Protège ton matériel et prévois une marge pour arriver à l'heure.

Bien préparer ton itinéraire rend tes déplacements plus fiables et adaptés à tes besoins.

Chapitre 4 : Espaces urbains en France

1. Comprendre les espaces urbains :

Des villes et leurs alentours :
Un espace urbain comprend une ville et les communes qui l'entourent. Les habitants s'y déplacent pour travailler, étudier, faire leurs achats ou accéder aux services. La ville-centre concentre souvent des emplois et des équipements, tandis que les communes voisines accueillent aussi des logements et des activités.

Des territoires liés entre eux :
Selon l'INSEE, une aire d'attraction des villes regroupe un pôle de population et d'emploi ainsi qu'une couronne de communes liées à ce pôle, notamment par les déplacements domicile-travail. Cette notion aide à comprendre pourquoi les besoins d'une ville dépassent ses limites administratives.

Ce que tu peux observer :
Dans un espace urbain, les logements, les commerces, les ateliers, les transports et les espaces verts se partagent le territoire. Pour ton futur métier, regarde où se trouvent les commerces de mode et comment les passants accèdent à leurs vitrines.

Exemple d'observation urbaine :
Dans une rue commerçante, repère 5 boutiques, un arrêt de bus et un espace de livraison. Note en 10 minutes les passages piétons et les obstacles. Tu verras que l'emplacement et l'accès influencent la fréquentation d'une boutique.

2. Identifier les acteurs et leurs choix :

Qui décide et qui agit ?
La commune aménage notamment les rues et les équipements locaux.
L'intercommunalité organise des services à l'échelle de plusieurs communes, par exemple les transports ou la collecte des déchets. L'État, les entreprises, les associations et les habitants participent aussi aux transformations urbaines.

Des intérêts parfois différents :
Les habitants veulent des logements agréables et des déplacements faciles. Les commerçants recherchent des clients et des livraisons pratiques. Les élus doivent aussi tenir compte du logement, de l'emploi, de la circulation et de l'environnement. Un même projet peut donc susciter des avis opposés.

Les principaux enjeux :

- Construire ou rénover des logements accessibles.
- Faciliter les déplacements à pied, à vélo et en transports en commun.
- Maintenir des commerces et des services proches des habitants.

- Réduire la pollution et préserver des espaces végétalisés.

Exemple d'aménagement :
À Paris, le Plan local d'urbanisme approuvé en novembre 2024 fixe des orientations pour les constructions et l'aménagement de la capitale. Il montre comment une collectivité peut agir sur le logement, les commerces et l'adaptation au climat.

3. Étudier un projet près des commerces :

Mini cas concret :
Imagine qu'une commune transforme une rue de 300 mètres en zone plus agréable pour les piétons. Pendant 1 semaine, tu observes 8 commerces, les travaux prévus et les accès. Tu échanges avec 3 commerçants et tu repères les besoins des clients.

Étapes et livrable attendu :

- Localise la rue et indique les communes concernées.
- Repère 2 acteurs publics et 2 acteurs locaux.
- Note 3 effets possibles du projet sur les déplacements et les boutiques.
- Rédige une fiche d'observation d'une page avec une carte simple et 3 propositions.

Checklist de terrain :

À vérifier	Ta question
Le lieu	Dans quelle commune et quel quartier suis-je ?
Les acteurs	Qui décide, finance ou utilise le lieu ?
Les usages	Qui passe ici et pour quelle raison ?
Les enjeux	Le projet aide-t-il les habitants et les commerces ?
La preuve	Ai-je noté une date, un chiffre ou un exemple observé ?

Questions rapides :

- Quelle différence fais-tu entre une ville-centre et sa couronne ?
- Cite 2 acteurs qui peuvent participer à un projet urbain.
- Pourquoi un changement de circulation peut-il toucher les commerces ?

Astuce de terrain :
Quand tu observes un quartier, sépare bien les faits et ton opinion. Écris par exemple « 2 arrêts de bus sont proches » plutôt que « l'accès est mauvais ». Cette méthode rend ta fiche plus précise et plus facile à expliquer.

Ce qu'il faut retenir

Un espace urbain relie une ville-centre aux communes qui l'entourent, notamment par les déplacements et les activités. Pour comprendre son fonctionnement, observe les lieux, les usages et les acteurs concernés.

- Repère les **liens entre communes**, comme les trajets domicile-travail.
- Identifie les acteurs publics, les habitants et les commerces, dont les intérêts peuvent différer.
- Évalue les effets d'un projet sur les déplacements, les boutiques et l'environnement.

Sur le terrain, distingue les faits de ton opinion et appuie tes propositions sur des observations précises.

Enseignement moral et civique

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, l'Enseignement moral et civique (EMC) t'aide à comprendre les **valeurs de la République**, les libertés et l'égalité. Tu apprends à argumenter et à respecter les différences, avec des applications concrètes dans tes relations en atelier.

L'évaluation passe par un **oral d'histoire-géographie-EMC** de 15 minutes maximum, en CCF en dernière année, ou de 15 minutes à l'examen final, suivant ton statut. Le **coefficient global de 3** concerne l'épreuve commune Français, histoire-géographie et EMC, qui associe écrit et oral.

Conseil :
Je te conseille de prévoir **10 minutes de révision** régulières. Prépare une fiche par notion avec une définition simple et un exemple, comme une discrimination envers un collègue ou un client. Relie chaque situation au respect des droits.

Entraîne-toi à **présenter un document** à voix haute, puis explique ton raisonnement. Évite de réciter sans comprendre. Si tu hésites, respire et reformule tranquillement. L'objectif de ton entraînement est de construire une réponse claire, pas un discours parfait.

Table des matières

Chapitre 1 : État de droit, libertés fondamentales et laïcité ..... Aller
1. Comprendre l'état de droit et les libertés ..... Aller
2. Appliquer la laïcité et respecter chacun ..... Aller
Chapitre 2 : Information, responsabilité et biodiversité ..... Aller
1. S'informer et vérifier ..... Aller
2. Agir avec responsabilité ..... Aller
3. Protéger l'environnement et la biodiversité ..... Aller
Chapitre 3 : République et Nation : la délibération ..... Aller
1. Comprendre la république et la nation ..... Aller
2. Suivre une décision au parlement ..... Aller
3. Participer et argumenter avec respect ..... Aller
Chapitre 4 : Cohésion sociale, égalité, solidarité ..... Aller
1. Comprendre la cohésion sociale ..... Aller
2. Agir avec solidarité et prévenir les discriminations ..... Aller
3. Adopter les bons réflexes ..... Aller
Chapitre 5 : Participation et engagement politiques ..... Aller
1. Comprendre la participation politique ..... Aller

2. S’engager et défendre une idée ..... Aller
3. Participer de manière concrète ..... Aller

Chapitre 1 : État de droit, libertés fondamentales et laïcité

1. Comprendre l'état de droit et les libertés :

L'état de droit au quotidien :
En France, l'État de droit signifie que chacun doit respecter les règles, y compris les personnes qui gouvernent. Les lois protègent tes droits et organisent la vie collective. Elles s'appliquent aussi à l'école, en stage et dans un atelier.

Des libertés encadrées :
Tu as des libertés fondamentales, comme la liberté d'expression, de conscience et de réunion. Elles permettent à chacun de penser, de parler et de pratiquer une religion ou de n'en suivre aucune. Elles s'exercent dans le respect des droits d'autrui et des règles communes.

Exemple en atelier :
Tu peux expliquer calmement que tu n'es pas d'accord avec une remarque sur ton travail. En revanche, tu ne peux pas insulter un camarade ni l'empêcher de travailler. La liberté d'expression ne donne pas le droit de blesser ou de menacer.

Des droits utiles dans ta formation :
Tu as droit au respect, à la sécurité et à un traitement égal. Si tu subis une discrimination ou un comportement humiliant, parle-en à un adulte de confiance, à ton enseignant ou à ton tuteur de stage. Noter la date et les faits peut aider à expliquer la situation.

Notion	Ce que cela signifie	Exemple concret
État de droit	Les règles s'appliquent à tous.	Un règlement d'atelier doit être appliqué sans favoritisme.
Liberté de conscience	Tu peux avoir une religion ou n'en avoir aucune.	Personne ne peut t'imposer une croyance.
Égalité	Les mêmes droits sont reconnus à chacun.	Une consigne de sécurité concerne toute l'équipe.

Mini-cas pratique :
En stage, 4 personnes préparent des chapeaux pour une commande. Un client tient des propos insultants envers un collègue. Tu restes calme, tu préviens ton tuteur et tu notes l'heure ainsi que les faits. Le livrable attendu est un compte rendu de 5 lignes, sans jugement ni rumeur.

2. Appliquer la laïcité et respecter chacun :

Le principe de laïcité :

La laïcité garantit la liberté de conscience et la neutralité de l'État et des services publics. À l'école publique, les personnels ne favorisent ni ne défavorisent aucune religion. Les règles concernant les élèves dépendent du cadre scolaire, il est donc utile de demander conseil à l'équipe éducative en cas de doute.

Respecter les convictions de chacun :
Dans un groupe, tu peux rencontrer des personnes aux croyances, aux habitudes et aux opinions différentes des tiennes. Tu n'as pas à connaître leur vie privée ni à leur demander de se justifier. Concentre-toi sur le travail, les consignes et les échanges respectueux.

Exemple lors d'un travail de groupe :
Pour créer une collection de 3 chapeaux, répartissez les tâches selon les compétences et le temps disponible. Évite d'attribuer un rôle à quelqu'un en fonction de sa religion ou de son apparence. Le choix des matières, des formes et des couleurs doit répondre au projet.

Ta check-list sur le terrain :

- Écoute les consignes communes et demande une précision si nécessaire.
- Parle des idées et du travail, pas des croyances d'une personne.
- Refuse les insultes et les mises à l'écart, même présentées comme une plaisanterie.
- En cas de problème, note les faits et préviens un adulte ou ton tuteur.
- Vérifie que chaque membre du groupe peut participer à la tâche.

Questions rapides :

- Une liberté fondamentale permet-elle d'insulter quelqu'un ?
- Qui peux-tu prévenir si tu constates une discrimination en stage ?
- Pourquoi est-il préférable de décrire des faits plutôt que de répéter une rumeur ?

Ce qu'il faut retenir

L'État de droit garantit que les règles s'appliquent à tous et protègent tes droits. Tes libertés s'exercent dans le respect d'autrui et des règles communes.

- Tu as droit au **respect et à l'égalité**, ainsi qu'à la sécurité.
- La laïcité protège la **liberté de conscience** et assure la neutralité des services publics.
- Écarte les insultes et les discriminations : concentre-toi sur le travail et les consignes.
- En cas de problème, note les faits et préviens un adulte de confiance ou ton tuteur.

Respecter les convictions de chacun favorise une **participation équitable**. Décris les faits sans jugement ni rumeur pour obtenir de l'aide.

Chapitre 2 : Information, responsabilité et biodiversité

1. S'informer et vérifier :

Pourquoi vérifier une information ?
En EMC, s'informer, c'est apprendre à distinguer un fait, une opinion et une publicité. Cette habitude t'aide à comprendre les débats sur l'environnement et à ne pas répéter une affirmation sans savoir d'où elle vient.

Des repères dans le temps et l'espace :
En 1992, à Rio de Janeiro, des représentants de nombreux pays adoptent la Convention sur la diversité biologique. Elle rappelle que protéger les espèces et leurs milieux est une responsabilité partagée entre les États et les citoyens.

En France, ces enjeux se retrouvent aussi dans les choix de production et de consommation. Pour ton futur métier, tu peux te renseigner sur l'origine des matières, leur entretien et la durée de vie des accessoires.

Les bons réflexes :

- Repère l'auteur, la date et l'organisme qui publie l'information.
- Vérifie si d'autres sources fiables confirment le fait.
- Distingue une donnée précise d'une formule vague comme « entièrement écologique ».
- Regarde si une publicité présente une preuve ou seulement une promesse.

2. Agir avec responsabilité :

La responsabilité au quotidien :
Être responsable, ce n'est pas tout faire parfaitement. C'est réfléchir aux conséquences de ses gestes, respecter les autres et corriger ses erreurs. En atelier, cela concerne aussi le gaspillage, le tri et la manière de présenter un produit au client.

Un choix de fabrication raisonné :
Pour fabriquer un chapeau, tu peux comparer plusieurs matières, limiter les chutes et conserver les éléments réutilisables. La biodiversité désigne la variété des êtres vivants et des milieux. L'extraction ou la culture des matières peut affecter ces milieux.

Exemple de choix responsable :
À l'atelier, tu dois préparer 10 chapeaux. Tu mesures et découpes les pièces en regroupant les formes sur la matière, puis tu gardes les chutes propres pour de petits accessoires. Tu notes les matières utilisées et leur provenance connue. Livrable attendu : une fiche de suivi indiquant les 10 pièces, les matières et les chutes réemployées.

Une information honnête :

Si tu ne connais pas l'origine d'une matière, dis-le clairement au lieu d'inventer une réponse. J'ai souvent vu qu'une explication simple et honnête inspire plus confiance qu'une promesse écologique impossible à vérifier.

3. Protéger l'environnement et la biodiversité :

Des effets concrets :
La biodiversité comprend les animaux, les plantes, les champignons et les micro-organismes, ainsi que les milieux où ils vivent. Quand un milieu est dégradé, certaines espèces perdent leur habitat. Nos choix de matières et de consommation peuvent contribuer à ces pressions.

Une étude de cas en atelier :
Un atelier prépare une petite série de 12 chapeaux pour une présentation locale. L'équipe vérifie les informations disponibles sur 2 matières, planifie les découpes et trie les chutes réutilisables. L'objectif est de limiter les pertes sans annoncer d'impact écologique non mesuré.

Une check-list de terrain :
Avant de commencer, prends quelques minutes pour vérifier ces points. Ce contrôle rapide t'aide à agir concrètement et à expliquer tes choix sans exagérer leurs bénéfices.

À vérifier	Action concrète
La matière	Note son nom et sa provenance si elle est connue.
La découpe	Prépare les pièces pour réduire les chutes.
Les restes	Sépare les chutes réutilisables des déchets.
L'information client	Explique uniquement ce que tu peux vérifier.

Questions rapides :

- Quel indice te permet de vérifier qui a publié une information ?
- Pourquoi faut-il éviter une promesse écologique sans preuve ?
- Comment peux-tu réemployer une chute de matière à l'atelier ?

Ce qu'il faut retenir

Pour agir de façon responsable, vérifie les informations et réfléchis aux effets de tes choix sur la **biodiversité**.

- Identifie l'auteur, la date et l'organisme, puis compare avec d'autres sources fiables.
- Choisis et découpe les matières pour limiter les pertes, puis réemploie les chutes.
- Présente au client une **information honnête**, sans promesse écologique non vérifiée.

Note la provenance des matières lorsqu'elle est connue et distingue les faits des opinions ou de la publicité. Tes gestes en atelier peuvent réduire le gaspillage, mais tes explications doivent rester fondées sur des preuves.

Chapitre 3 : République et Nation : la délibération institutionnelle

1. Comprendre la république et la nation :

La république française :
La France est une République. L'article 1 de la Constitution de 1958 la définit comme indivisible, laïque, démocratique et sociale. Ces principes organisent la vie commune et protègent les droits de chacun. Ils s'appliquent sur tout le territoire français.

La nation et les citoyens :
La Nation désigne une communauté de citoyens qui partagent un cadre politique commun. En France, la souveraineté appartient au peuple. Les citoyens l'exercent notamment en élisant des représentants et, dans certains cas, en votant directement.

Exemple de liberté dans la vie quotidienne :
Dans ton atelier, tu peux exprimer une opinion pendant une discussion, à condition de respecter les autres. C'est une manière concrète d'exercer ta liberté dans un cadre commun, sans imposer ton avis au reste du groupe.

Principe	Ce que cela signifie
Indivisible	Les mêmes lois s'appliquent à l'ensemble du territoire.
Laïque	L'État est neutre envers les religions et garantit la liberté de conscience.
Démocratique	Les citoyens participent aux décisions, directement ou par leurs élus.
Sociale	La République cherche à favoriser la solidarité et la protection sociale.

2. Suivre une décision au parlement :

Débattre avant de décider :
Le Parlement réunit l'Assemblée nationale et le Sénat. Les députés et les sénateurs examinent des textes, discutent leurs effets et peuvent proposer des amendements. Cette délibération permet de confronter plusieurs avis avant le vote.

Du texte à la loi :
Un texte proposé par le Gouvernement est un projet de loi. Un texte proposé par des parlementaires est une proposition de loi. Après examen et débat, les assemblées votent. Si elles n'adoptent pas le même texte, les échanges entre elles peuvent continuer, c'est la navette parlementaire.

Un exemple lié au métier :
Une loi peut fixer des règles qui concernent la vie au travail, la formation ou la sécurité. Elle ne décide pas de la forme d'un chapeau, mais elle peut avoir des conséquences sur les conditions dans lesquelles tu apprends et exerces ton métier.

Astuce pour lire une actualité politique :
Repère d'abord qui propose le texte, quelles institutions l'examinent et qui vote. Ne confonds pas le débat, qui sert à discuter, avec le vote, qui permet de trancher selon les règles prévues.

3. Participer et argumenter avec respect :

Une méthode simple pour délibérer :
Dans un débat, écoute les arguments, demande une précision si un point n'est pas clair, puis explique ton avis avec une raison ou un exemple. Le but n'est pas de gagner à tout prix, mais de comprendre les choix possibles et leurs conséquences.

Mini cas concret et livrable :
En classe, 12 élèves débattent pendant 15 minutes d'une règle commune pour préserver le matériel. Chacun propose une mesure, puis le groupe compare les avantages et les limites avant de choisir une règle par vote.

Livrable attendu :
Rédige une fiche d'une page avec la règle retenue, 2 arguments en sa faveur, 1 objection entendue et le résultat du vote. Ce petit compte rendu montre comment une décision collective peut être expliquée et comprise.

Check-list avant de prendre la parole :

- Vérifie que tu as compris la question posée.
- Donne un argument précis plutôt qu'une attaque personnelle.
- Écoute sans couper la parole.
- Accepte qu'un vote puisse ne pas correspondre à ton choix.
- Reformule la décision pour vérifier que le groupe l'a bien comprise.

Questions rapides :

- Quelle différence fais-tu entre un projet de loi et une proposition de loi ?
- Quelles sont les 2 assemblées qui composent le Parlement ?
- À quoi sert un amendement ?

Ce qu'il faut retenir

La République française repose sur quatre principes et la souveraineté appartient au peuple. Les citoyens participent aux décisions par leurs élus ou directement.

- Le Parlement comprend l'Assemblée nationale et le Sénat, qui débattent et amendent les textes avant le vote.

- Un projet de loi vient du Gouvernement, une proposition de loi de parlementaires. La navette permet aux assemblées de poursuivre l'examen d'un texte.
- Pour délibérer, écoute les autres, avance des arguments précis et respecte la décision collective.

La délibération aide le groupe à comprendre les choix et leurs conséquences avant de décider. Tu peux en garder une trace en résumant la règle retenue, les arguments et le résultat du vote.

Chapitre 4 : Cohésion sociale, égalité, solidarité et discriminations

1. Comprendre la cohésion sociale :

Une société qui fait une place à chacun :
La cohésion sociale, c'est ce qui permet aux personnes de vivre ensemble et de se sentir intégrées. Elle repose notamment sur le respect, l'entraide et des règles communes. Au travail, elle aide l'équipe à coopérer dans une bonne ambiance.

L'égalité au quotidien :
L'égalité signifie que chacun doit pouvoir bénéficier des mêmes droits et être traité avec le même respect. Cela ne veut pas toujours dire donner exactement la même chose à tout le monde. Parfois, un aménagement permet à chacun de participer.

Exemple d'égalité au travail :
Dans un atelier, une personne qui entend mal peut recevoir les consignes écrites en plus des consignes orales. L'objectif reste le même pour toute l'équipe, mais cette adaptation lui permet de travailler dans de bonnes conditions.

Repères dans le temps :
En France, la Déclaration des droits de l'homme et du citoyen de 1789 affirme notamment l'égalité en droits. Ce principe concerne aussi ta vie de futur salarié, par exemple lorsque tu postules, apprends un geste ou demandes de l'aide.

2. Agir avec solidarité et prévenir les discriminations :

La solidarité, un soutien concret :
La solidarité consiste à aider une personne ou un groupe qui rencontre une difficulté. Elle peut être organisée, par exemple par une association, ou se pratiquer chaque jour entre collègues. Dans un atelier, un coup de main peut éviter qu'un retard pénalise toute l'équipe.

Reconnaître une discrimination :
Une discrimination, c'est un traitement défavorable lié à un critère comme l'origine, le sexe, le handicap, l'âge ou la religion. Une remarque blessante n'est pas automatiquement une discrimination au sens juridique, mais elle mérite d'être prise au sérieux et signalée.

Exemple de situation à repérer :
Une responsable refuse d'examiner la candidature d'une personne uniquement parce qu'elle porte un signe religieux. Ce refus peut relever d'une discrimination. Si tu es témoin, note les faits et la date, puis demande conseil à un adulte référent.

Mini cas en atelier :

À Paris, pendant un stage de 5 jours dans un atelier de chapeaux, une stagiaire entend 2 moqueries répétées sur l'accent d'un collègue. Elle note les dates, les paroles entendues et les témoins, puis en parle au maître de stage.

Représentation visuelle



Traçage de pièces de feutre sur papier à patron pour un chapeau

Résultat et livrable attendu :
Le maître de stage rappelle les règles de respect et vérifie que les moqueries cessent. Le livrable attendu est une fiche factuelle d'une page, sans jugement ni rumeur, qui indique les faits, les dates et la personne prévenue.

3. Adopter les bons réflexes :

Une conduite simple sur le terrain :
En stage, observe les faits avant de réagir. Évite de rire d'une remarque qui vise une personne, même si tu veux seulement t'intégrer au groupe. Si quelqu'un te confie un problème, écoute-le et ne promets pas de régler seul la situation.

Ta check-list avant d'agir :
Ces 5 réflexes t'aident à agir sans aggraver la situation. Si tu te sens en danger ou si les faits continuent, préviens rapidement ton maître de stage, ton enseignant ou un autre adulte de confiance.

Réflexe	Action concrète
Observer	Distingue les faits de ton interprétation.

Écouter	Laisse la personne expliquer ce qu'elle vit.
Noter	Inscris les dates, les paroles et les témoins.
Alerter	Parle à un adulte ou à un référent.
Suivre	Vérifie si la situation s'améliore.

Questions rapides :
Pour vérifier que tu as compris, réponds simplement à ces questions : qu'est-ce que la cohésion sociale ? Quelle différence fais-tu entre égalité et solidarité ? Quels faits noterais-tu si tu étais témoin d'une discrimination en atelier ?

Ce qu'il faut retenir

La cohésion sociale favorise le vivre-ensemble grâce au respect, à l'entraide et aux règles communes. L'égalité garantit les mêmes droits, avec des adaptations si nécessaire, tandis que la solidarité apporte un soutien concret.

- Repère les **traitements discriminatoires**, liés notamment à l'origine, au sexe, au handicap, à l'âge ou à la religion.
- Si tu es témoin, note les faits, dates et témoins, puis **alerte un adulte référent**.
- Observe sans juger, écoute la personne et vérifie ensuite si la situation s'améliore.

En stage, tu contribues à un cadre respectueux en refusant les moqueries et en signalant les faits de manière précise.

Chapitre 5 : Participation et engagement politiques

1. Comprendre la participation politique :

Ce que signifie participer :
Participer à la vie politique, c'est prendre part aux décisions qui concernent la société. Tu peux voter, t'informer, discuter d'un sujet ou contacter un élu. Ces gestes permettent aux citoyens de faire entendre leurs idées.

Des façons différentes de s'engager :
Le vote est une forme connue de participation, mais il en existe d'autres. Tu peux signer une pétition, rejoindre une association, participer à une manifestation autorisée ou échanger avec des responsables locaux.

- Tu peux t'informer en comparant plusieurs médias.
- Tu peux discuter d'un sujet en écoutant les autres.
- Tu peux agir seul ou avec un collectif.

Exemple de participation :
Dans ta commune, un projet prévoit de réaménager une place. Tu lis les informations, participes à une réunion publique et transmets une proposition. Même si ta demande n'est pas retenue, tu as contribué au débat local.

2. S'engager et défendre une idée :

Choisir une cause :
Un engagement commence souvent par un sujet qui te touche : l'environnement, les conditions de travail, l'égalité ou l'accès aux services publics. Tu n'as pas besoin d'être spécialiste. Prends le temps de vérifier les faits avant de partager une information.

Agir avec respect :
Un désaccord n'empêche pas le dialogue. Pour défendre ton point de vue, explique ce que tu observes, donne un exemple concret et écoute la réponse. Évite les insultes et les rumeurs, qui empêchent de discuter du problème.

Exemple d'engagement :
Dans ton atelier, 4 apprentis constatent que des chutes de tissu sont jetées chaque semaine. Avec l'accord de l'équipe, vous préparez une proposition de tri et présentez vos arguments. Ce geste porte sur une question professionnelle et collective, pas sur une consigne partisane.

3. Participer de manière concrète :

Repères pour agir :

Avant de t'engager, clarifie ton objectif et choisis une action adaptée. Au travail comme dans la vie citoyenne, mieux vaut une proposition précise qu'une critique vague. Cette méthode t'aide à être compris et à respecter les personnes concernées.

Étape	À faire
1. S'informer	Vérifier le sujet et les faits auprès de sources fiables.
2. Définir	Formuler le problème en une phrase claire.
3. Proposer	Présenter une action réaliste et ses étapes.
4. Échanger	Écouter les réponses et ajuster la proposition.

Mini cas pratique et livrable :
Dans un atelier, 6 élèves souhaitent réduire le gaspillage de matière. En 1 semaine, ils comptent les chutes pendant 5 jours, échangent avec leur formateur puis proposent un bac de récupération. Le livrable attendu est une fiche d'une page avec le constat, 2 solutions et une estimation des résultats.

Questions rapides :

- Donne 2 façons de participer à la vie politique.
- Pourquoi faut-il vérifier une information avant de la partager ?
- Quel livrable préparerais-tu pour défendre une proposition dans ton atelier ?

Ce qu'il faut retenir

Participer à la vie politique, c'est contribuer aux décisions collectives par des gestes variés, du vote au débat local. Pour défendre une cause, appuie-toi sur des faits et dialogue avec respect.

- Tu peux voter, signer une pétition, rejoindre une association ou échanger avec un élu.
- Avant d'agir, **vérifie les informations** et définis clairement le problème.
- Présente une **proposition concrète**, réaliste et adaptée, puis écoute les retours pour l'améliorer.

Ton engagement peut être individuel ou collectif. Une action précise et argumentée aide à faire entendre tes idées et à participer utilement à la vie citoyenne.

Mathématiques

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu utilises les Mathématiques pour travailler les mesures, les proportions et la géométrie, utiles aux patronages. Cette matière participe à l'épreuve de **Mathématiques et Physique-chimie**, de coefficient 2.

Tu es évalué en **CCF en dernière année** si ton établissement est habilité, avec 45 minutes de Mathématiques notées sur 12. Sinon, l'examen final comprend 2 parties écrites durant 1 h 30, dont 45 minutes prévues pour les Mathématiques.

Conseil :
Je te conseille de prévoir **15 minutes de révision**, 3 fois par semaine. Reprends les conversions et les calculs de longueurs avec des exemples d'atelier. Essaie notamment de calculer le ruban nécessaire pour garnir un chapeau.

Pour chaque exercice, note les données, détaille ton calcul et indique l'unité. Pense à **vérifier ton résultat** avant de terminer. Si tu bloques, demande une explication puis refais l'exercice sans correction. Avance progressivement, sans te décourager.

Table des matières

Chapitre 1 : Calculs numériques et proportionnalité ..... Aller
1. Calculer avec des nombres et des unités ..... Aller
2. Utiliser la proportionnalité en atelier ..... Aller
Chapitre 2 : Équations du premier degré et fonctions ..... Aller
1. Résoudre une équation ..... Aller
2. Utiliser une fonction ..... Aller
3. Appliquer les calculs à l'atelier ..... Aller
Chapitre 3 : Statistiques et probabilités au quotidien ..... Aller
1. Lire et résumer des données ..... Aller
2. Comprendre proportions et pourcentages ..... Aller
3. Estimer une probabilité au quotidien ..... Aller
Chapitre 4 : Géométrie : figures, solides et mesures ..... Aller
1. Reconnaître et tracer des figures ..... Aller
2. Comprendre les solides ..... Aller
3. Calculer longueurs et surfaces ..... Aller

Chapitre 1 : Calculs numériques et proportionnalité

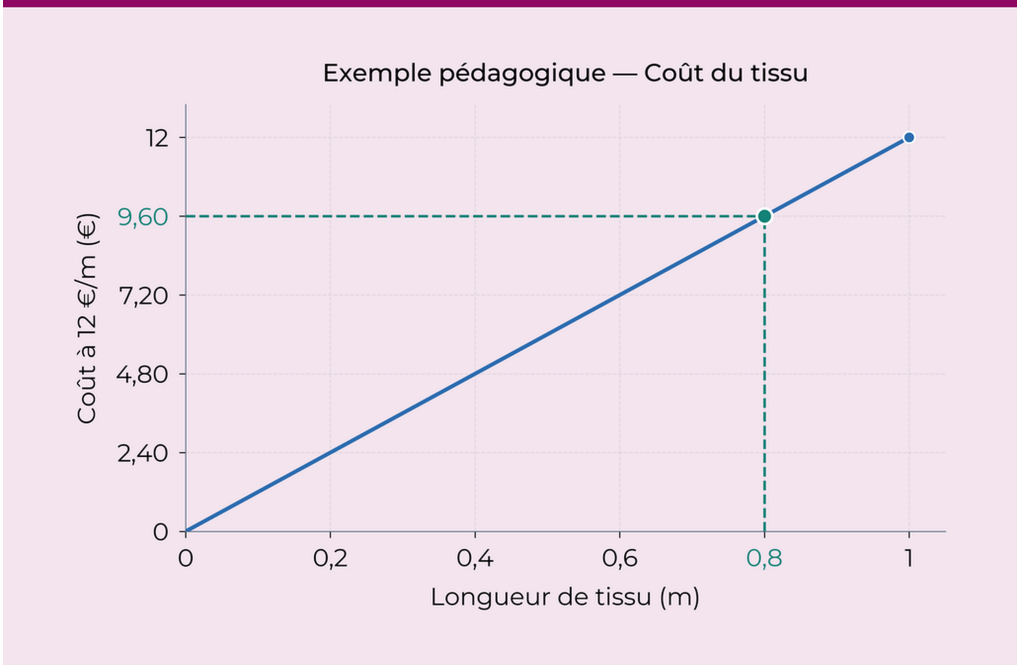
1. Calculer avec des nombres et des unités :

Les opérations utiles :
En atelier, tu additionnes, soustrais, multiplies ou divises pour prévoir des quantités, des coûts et des mesures. Garde toujours les unités avec les nombres. Avant de calculer, vérifie que tu compares bien des unités identiques, comme des centimètres avec des centimètres.

Les conversions et les vérifications :
Pour passer des mètres aux centimètres, multiplie par 100. Pour passer des centimètres aux mètres, divise par 100. Estime aussi le résultat avant de poser l'opération. Ça permet de repérer rapidement une erreur de virgule ou une quantité impossible.

Exemple de calcul de coût :
Tu achètes 0,8 m de tissu à 12 € le mètre. Calcule 0,8 × 12 = 9,60 €. Le tissu coûte 9,60 €. Vérifie que le résultat est inférieur au prix d'un mètre entier, soit 12 €.

Graphique chiffré



À vérifier	Question pratique
Unités	Les mesures sont-elles dans la même unité ?
Opération	Faut-il additionner, multiplier ou diviser ?
Résultat	Est-il cohérent avec la situation ?

Présentation	Ai-je écrit l'unité et arrondi correctement ?

2. Utiliser la proportionnalité en atelier :

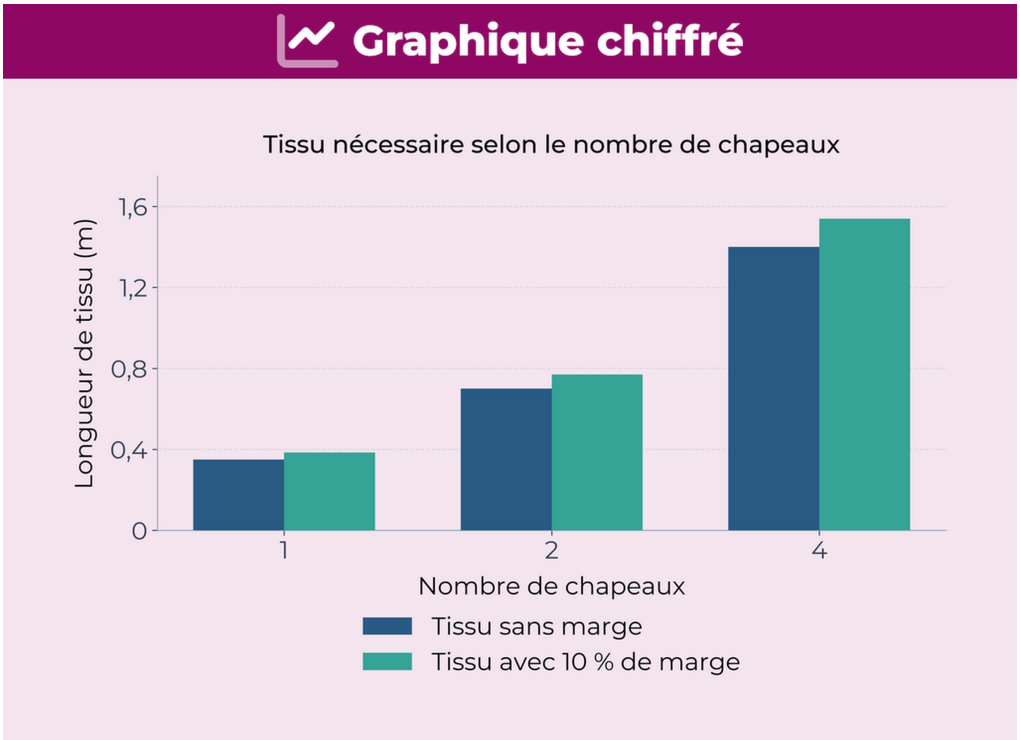
Reconnaître une situation proportionnelle :
Deux quantités sont proportionnelles si l'une augmente toujours dans la même proportion que l'autre. Pour passer d'une quantité à l'autre, tu peux multiplier ou diviser par un même nombre. Le prix au mètre et la longueur achetée fonctionnent souvent ainsi.

Appliquer une règle de trois :
Quand tu connais 3 valeurs et que tu cherches la 4e, multiplie les 2 nombres placés en diagonale, puis divise par le nombre restant. Note les unités à chaque étape. Cette méthode aide à agrandir ou réduire un patron sans déformer ses proportions.

Exemple de calcul pour plusieurs chapeaux :
Pour 1 chapeau, il faut 0,35 m de tissu. Pour 4 chapeaux, calcule 0,35 × 4 = 1,40 m. Avec 10 % de marge, ajoute 0,14 m. Il faut prévoir 1,54 m, à arrondir selon la largeur du tissu. Le livrable attendu est une fiche de coupe indiquant 1,54 m à prévoir pour 4 chapeaux.

Chapeaux	Tissu sans marge	Tissu avec 10 % de marge
1	0,35 m	0,385 m
2	0,70 m	0,77 m
4	1,40 m	1,54 m

Graphique chiffré



Les erreurs à éviter :
Ne confonds pas une hausse fixe et une hausse proportionnelle. Ajouter 10 cm à chaque pièce ne revient pas à augmenter chaque mesure de 10 %. En stage, j'ai appris à contrôler le calcul sur une petite quantité avant de préparer tout le métrage.

Ce qu'il faut retenir

Pour calculer correctement en atelier, garde les unités et vérifie la cohérence du résultat.

- Convertis les mesures dans des **unités identiques** avant de les comparer ou de les calculer.
- Estime le résultat pour repérer une erreur de virgule ou une quantité improbable.
- Utilise la **règle de trois** pour adapter des quantités ou des patrons proportionnellement.
- Ajoute la marge nécessaire et distingue une hausse fixe d'un pourcentage.

Pour 4 chapeaux nécessitant chacun 0,35 m de tissu, prévois 1,40 m, ou **1,54 m avec 10 %** de marge. Note toujours les unités et vérifie tes calculs avant de préparer la coupe.

Chapitre 2 : Équations du premier degré et fonctions

1. Résoudre une équation :

Comprendre l'équation :
Une équation est une égalité qui contient une inconnue, souvent appelée x. Résoudre l'équation, c'est trouver la valeur de x qui rend l'égalité vraie. Pense à une balance : ce que tu fais d'un côté, tu dois aussi le faire de l'autre.

Isoler l'inconnue :
Pour trouver x, tu regroupes les nombres d'un côté et les termes avec x de l'autre. Tu peux additionner, soustraire, multiplier ou diviser les 2 côtés, à condition de faire la même opération des 2 côtés.

- Commence par enlever les nombres ajoutés à x.
- Divise ensuite par le nombre placé devant x.
- Remplace x par ta réponse pour vérifier le résultat.

Exemple de coût de garniture :
Une modiste achète 3 mètres de ruban au même prix par mètre et paie 12 €. On écrit $3x = 12$, où x est le prix d'un mètre. On divise les 2 côtés par 3, donc $x = 4$ €. Le ruban coûte 4 € le mètre.

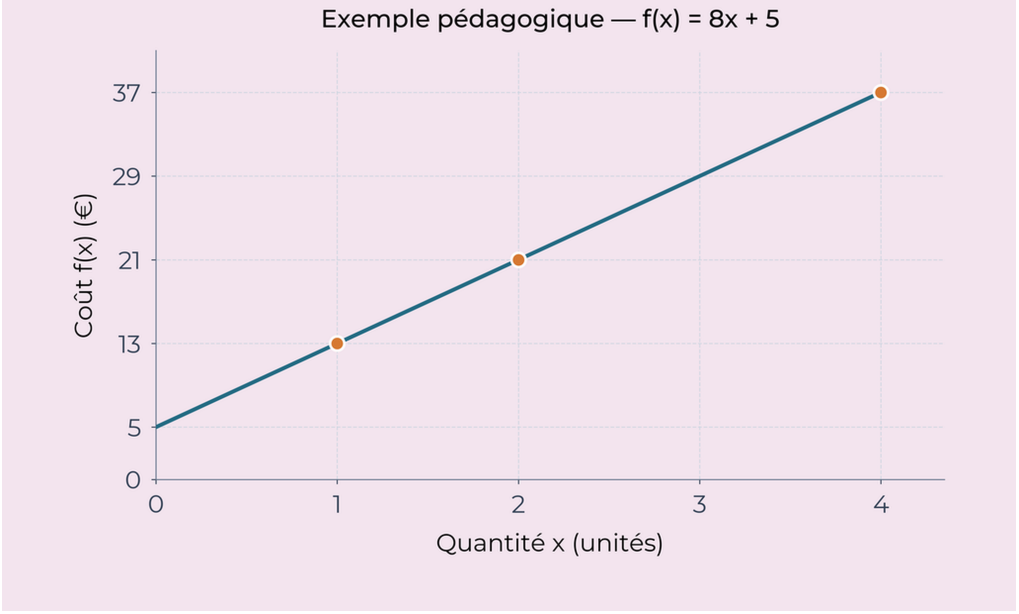
2. Utiliser une fonction :

Relier une valeur à un résultat :
Une fonction est une règle qui transforme une valeur de départ en résultat. On la note souvent $f(x)$. Dans un atelier, x peut représenter une quantité de tissu, et $f(x)$ le coût correspondant.

Lire un tableau de valeurs :
Pour la fonction $f(x) = 8x + 5$, le nombre 8 représente un coût de 8 € par unité, et 5 € un coût fixe. Le tableau permet de comparer rapidement plusieurs quantités avant de préparer une commande.

Quantité x	Calcul	Coût f(x)
1 unité	$8 \times 1 + 5$	13 €
2 unités	$8 \times 2 + 5$	21 €
4 unités	$8 \times 4 + 5$	37 €

Graphique chiffré



Exemple de lecture :
Pour 2 unités, f(2) = 8 × 2 + 5 = 21 €. Tu peux interpréter ce résultat comme le coût total de 2 fournitures, avec 5 € de frais fixes.

3. Appliquer les calculs à l'atelier :

Mini-cas de préparation :
Tu dois préparer 5 chapeaux et chaque modèle demande la même longueur de ruban. Tu as 14 mètres en stock et tu veux garder 2 mètres de réserve. La longueur utilisée est donc 14 - 2 = 12 mètres.

Étapes et livrable attendu :
Appelle x la longueur de ruban nécessaire pour un chapeau. L'équation est 5x = 12, donc x = 12 ÷ 5 = 2,4 mètres. Le livrable attendu est une fiche de coupe indiquant 2,4 mètres par chapeau et 2 mètres de réserve.

Vérifications sur le terrain :
Avant de couper, vérifie que ton calcul correspond bien à la quantité totale disponible. Lors de mes premiers travaux, je confondais souvent la longueur par pièce et la longueur totale. Écrire les unités à chaque étape m'a évité plusieurs erreurs.

- Note ce que représente chaque inconnue.
- Garde la même unité dans tout le calcul.
- Vérifie le résultat en refaisant l'opération inverse.
- Compare la quantité calculée au stock disponible.

Ce qu'il faut retenir

Une équation sert à trouver une inconnue : pour l'isoler, effectue la même opération des deux côtés, puis vérifie ta réponse. Une fonction, comme **f(x) = 8x + 5**, associe une valeur à un résultat et permet de calculer un coût variable avec des frais fixes.

- Regroupe les termes et divise pour isoler l'inconnue.
- Utilise un tableau pour comparer les résultats d'une fonction.
- Dans un calcul d'atelier, distingue la quantité totale de celle par pièce.
- Note les unités et compare le résultat au stock disponible.

Pour préparer 5 chapeaux avec 12 mètres de ruban, il faut **2,4 mètres par chapeau**. Vérifie toujours tes calculs avant de couper.

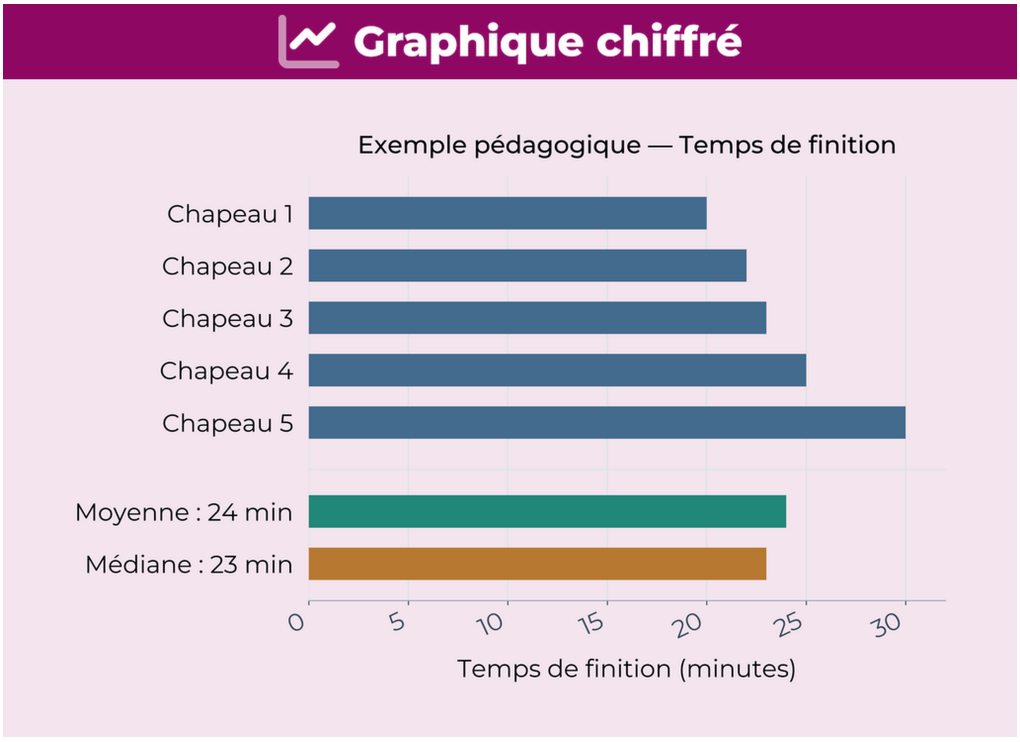
Chapitre 3 : Statistiques et probabilités au quotidien

1. Lire et résumer des données :

À quoi ça sert :
Les statistiques t'aident à organiser des nombres pour mieux comprendre une situation. En atelier, tu peux comparer des mesures, compter les retouches ou suivre les ventes de plusieurs modèles. Tu prends ainsi tes décisions à partir de données concrètes.

Calculer une moyenne et une médiane :
La moyenne se calcule en additionnant les valeurs, puis en divisant le total par leur nombre. La médiane est la valeur du milieu quand les données sont rangées dans l'ordre. Elle est pratique si une mesure inhabituelle fausse la moyenne.

Exemple de mesures :
Tu relèves les temps de finition de 5 chapeaux : 20, 22, 23, 25 et 30 minutes. La moyenne est (20 + 22 + 23 + 25 + 30) ÷ 5 = 24 minutes. La médiane est 23 minutes. Ces valeurs t'aident à estimer le temps nécessaire pour une prochaine finition.

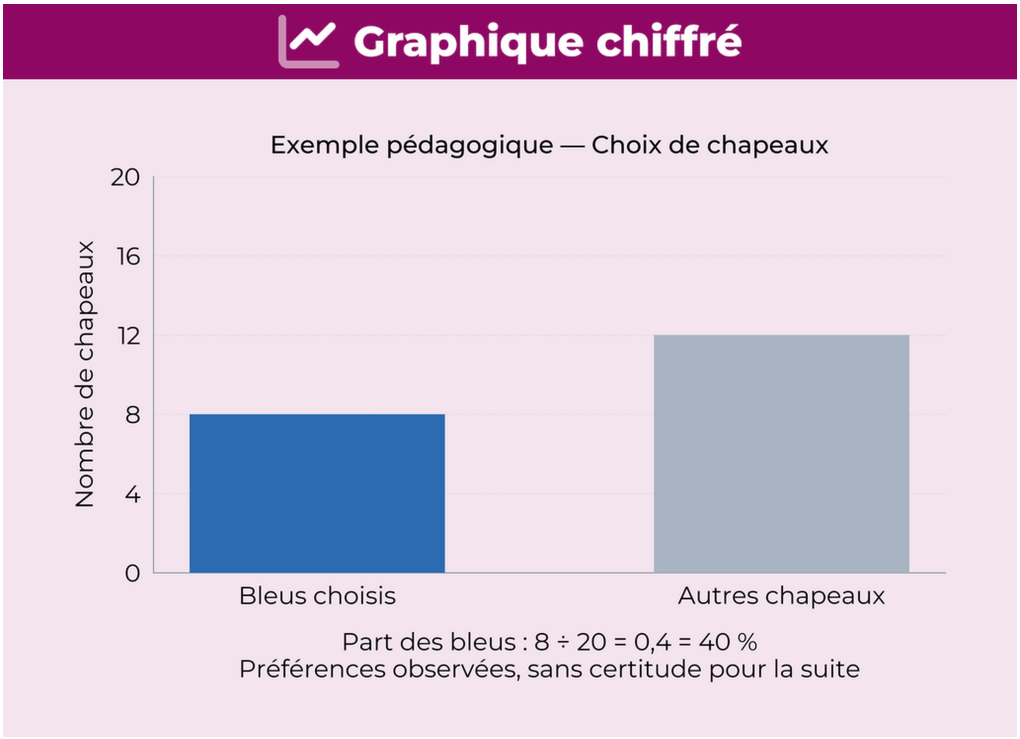


Comparer sans se tromper :
Avant de conclure, vérifie que tu compares des données de même nature et avec la même unité. Une mesure en centimètres ne se mélange pas à une mesure en millimètres sans conversion. Pense aussi à regarder le nombre d'objets mesurés.

2. Comprendre proportions et pourcentages :

Calculer une proportion :
Une proportion indique quelle part représente une catégorie dans un groupe. Pour la trouver, divise l'effectif de cette catégorie par l'effectif total. Tu peux ensuite multiplier le résultat par 100 pour obtenir un pourcentage, plus facile à communiquer.

Exemple de choix de couleurs :
Sur 20 chapeaux présentés, 8 sont choisis en bleu. La proportion est 8 ÷ 20 = 0,4, soit 40 %. Tu peux interpréter ce résultat comme une indication sur les préférences observées, mais pas comme une certitude sur les prochains choix.



Présenter les résultats clairement :
Un petit tableau permet de comparer rapidement des résultats. Inscris un titre, les catégories et les unités. Si tu calcules un pourcentage, indique aussi l'effectif total. Sans cette précision, 40 % sur 5 commandes ne représente pas autant d'observations que 40 % sur 100 commandes.

Couleur choisie	Nombre de choix sur 20	Pourcentage
Bleu	8	40 %
Noir	7	35 %
Rouge	5	25 %

3. Estimer une probabilité au quotidien :

Comprendre une chance :

Une probabilité mesure la chance qu'un événement se produise. Dans un exemple simple où toutes les issues sont aussi possibles, divise le nombre d'issues favorables par le nombre d'issues possibles. Le résultat est compris entre 0 et 1, ou entre 0 % et 100 %.

Exemple de tirage de ruban :
Dans une boîte, il y a 3 rubans noirs et 2 rubans rouges, soit 5 rubans. Si tu en prends un sans regarder, la probabilité d'obtenir un ruban rouge est 2 ÷ 5 = 0,4, donc 40 %. Cela ne garantit pas le résultat d'un tirage particulier.

Mini-cas en atelier :
Pour préparer une petite série, tu observes les 20 dernières commandes : 8 clientes ont choisi un ruban bleu. Tu notes cette fréquence de 40 %, puis tu prévois 10 rubans bleus pour une série de 25 chapeaux, sans considérer cette estimation comme une certitude.

Le livrable attendu est une fiche de préparation indiquant la source des données, le calcul 8 ÷ 20 = 40 %, la prévision de 10 rubans bleus et la mention « estimation à vérifier ». Cette fiche aide à justifier ton choix de fournitures.

Ta check-list avant de calculer :

- Vérifie que tu as compté toutes les données utiles.
- Range les mesures dans le bon ordre pour trouver la médiane.
- Note l'unité, par exemple minutes ou centimètres.
- Indique l'effectif total avec chaque pourcentage.
- Présente une probabilité comme une estimation, pas comme une promesse.

Ce qu'il faut retenir

Les statistiques t'aident à prendre des décisions à partir de données concrètes. Pour les interpréter correctement, vérifie leur nature, leurs unités et leur effectif.

- La **moyenne et médiane** résument des mesures, mais la médiane résiste mieux aux valeurs atypiques.
- Une proportion se calcule en divisant une catégorie par le total ; multiplie par 100 pour obtenir un pourcentage.
- Une probabilité compare les issues favorables aux issues possibles. Elle exprime une chance, pas une certitude.

Présente clairement tes résultats et indique leur source. Utilise-les comme des estimations à vérifier pour guider tes choix.

Chapitre 4 : Géométrie : figures, solides et mesures

1. Reconnaître et tracer des figures :

Les figures utiles :
En atelier, tu utilises des figures planes pour dessiner des patrons et vérifier des formes. Un cercle peut servir de base à une calotte, tandis qu'un rectangle peut représenter une bande de garniture. Une figure bien tracée aide à obtenir des pièces régulières.

Les mesures et les outils :
La longueur d'un segment se mesure à la règle ou au mètre ruban. Pour tracer un cercle, utilise un compas et règle son ouverture au rayon voulu. Note tes mesures en centimètres, puis vérifie-les avant de découper, car une petite erreur peut déformer le patron.

- Le rayon va du centre du cercle jusqu'à son bord.
- Le diamètre traverse le cercle en passant par son centre. Il mesure 2 fois le rayon.
- Le périmètre correspond au tour complet d'une figure.

Exemple de tracé :
Tu dois dessiner un cercle de 12 cm de diamètre pour un patron. Son rayon vaut 12 ÷ 2 = 6 cm. Tu règles donc le compas à 6 cm, puis tu traces le cercle sans déplacer sa pointe centrale.

Figure	Mesure utile	Calcul
Cercle	Rayon de 6 cm	Diamètre = 2 × 6 = 12 cm
Rectangle	Longueur de 20 cm et largeur de 5 cm	Périmètre = 2 × (20 + 5) = 50 cm
Carré	Côté de 8 cm	Périmètre = 4 × 8 = 32 cm

2. Comprendre les solides :

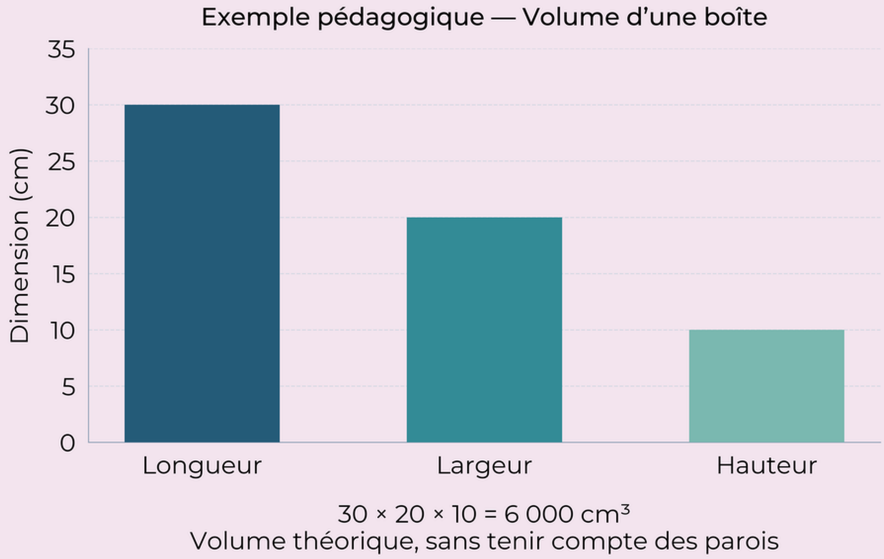
Des formes en volume :
Un solide occupe un espace et possède un volume. Une calotte peut rappeler une demi-sphère, tandis qu'une boîte de rangement ressemble à un pavé droit. Reconnaître ces formes t'aide à visualiser le montage et à choisir les mesures à prendre.

Passer du solide au patron :
Un patron est un dessin à plat qui peut être plié ou assemblé pour former un solide. Il faut prévoir les différentes faces et les zones de couture ou de collage. En pratique, garde ces marges visibles pour ne pas les oublier au moment de la coupe.

Exemple de volume :

Une boîte de rangement mesure 30 cm de long, 20 cm de large et 10 cm de haut. Son volume est 30 × 20 × 10 = 6 000 cm³. Ce résultat décrit l'espace intérieur théorique, si l'épaisseur des parois n'est pas prise en compte.

Graphique chiffré



Astuce d'atelier :
Quand tu prépares une pièce en volume, repère d'abord les faces, les arêtes et les sommets. J'ai trouvé cette méthode plus simple que de commencer directement par le dessin. Un croquis légendé permet aussi de repérer rapidement une dimension manquante.

3. Calculer longueurs et surfaces :

Les formules à connaître :
Le périmètre mesure le contour d'une figure. L'aire mesure la surface qu'elle couvre. Pour un rectangle, calcule l'aire avec longueur × largeur. Pour un carré, multiplie le côté par lui-même. Le périmètre d'un cercle se calcule approximativement avec 3,14 × diamètre.

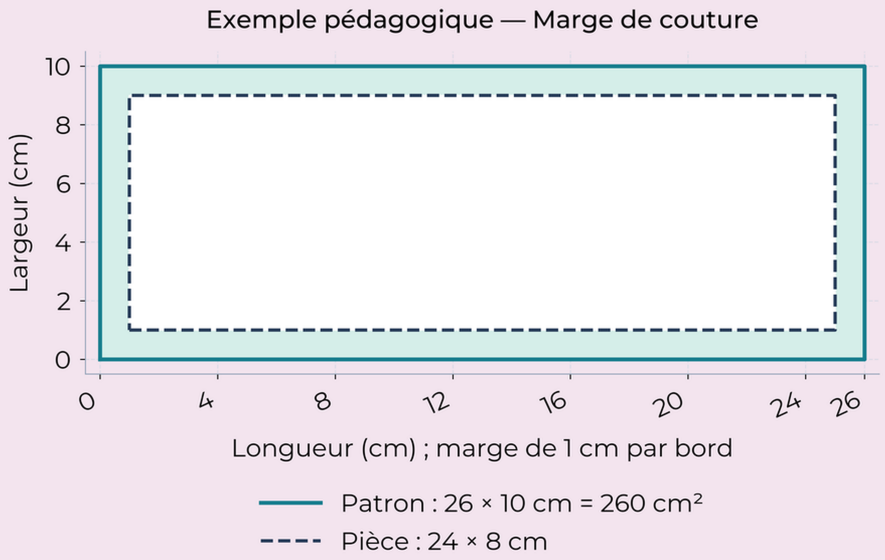
Choisir la bonne unité :
Une longueur s'exprime en millimètres, centimètres ou mètres. Une aire s'exprime en cm² ou en m², et un volume en cm³ ou en m³. Ne mélange pas les unités dans un même calcul. Convertis d'abord les mesures, puis inscris l'unité après le résultat.

- 1 cm = 10 mm.
- 1 m = 100 cm.
- 1 m² = 10 000 cm².

Exemple de préparation d'un patron :

Tu prépares une pièce rectangulaire de 24 cm sur 8 cm, avec une marge de couture de 1 cm sur chaque bord. Ajoute 2 cm à chaque dimension : le patron mesure 26 cm sur 10 cm. Son aire est 26 × 10 = 260 cm².

Graphique chiffré



Mini cas pratique :
Pour une bande décorative, tu découpes un rectangle de 26 cm sur 10 cm, marge comprise. Mesure chaque côté, trace les angles droits, puis vérifie le contour : 2 × (26 + 10) = 72 cm. Le livrable attendu est un patron coté, prêt à découper.

Check-list avant de couper :

- Vérifie que toutes les mesures sont notées avec leur unité.
- Contrôle le diamètre en le comparant à 2 fois le rayon.
- Ajoute les marges de couture prévues au patron.
- Recalcule le périmètre ou l'aire si une dimension change.
- Compare le patron tracé aux mesures demandées avant la coupe.

Ce qu'il faut retenir

Pour réaliser un patron fiable, choisis les bons outils et vérifie tes mesures avant de découper.

- Le **rayon et le diamètre** sont liés : le diamètre vaut deux fois le rayon.

- Le périmètre mesure le contour, l'aire la surface et le volume l'espace occupé.
- Un patron à plat doit représenter les faces et prévoir les **marges de couture**.
- Utilise les bonnes unités et convertis-les avant tout calcul.

Trace soigneusement tes figures, cote ton patron et contrôle chaque dimension avant la coupe.

Physique-chimie

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu relies la Physique-chimie aux situations d'atelier, comme le chauffage et l'utilisation de vapeur pour façonner le feutre. Cette matière intègre l'épreuve de Mathématiques et Physique-chimie, de **coefficient 2**.

En **dernière année de formation**, le contrôle en cours de formation (CCF) comprend une évaluation expérimentale de Physique-chimie de 45 minutes, notée sur 8 points. Tu manipules et communiques à l'écrit et à l'oral.

En examen final ponctuel, la partie écrite de Physique-chimie est prévue pour **45 minutes**, sur 8 points, dans une épreuve totale de 90 minutes.

Conseil :
Je te conseille de réviser 15 minutes, 3 fois par semaine. Prépare des fiches associant une grandeur, son unité et un exemple d'atelier. Entraîne-toi à expliquer tes observations avec des phrases simples.

Pendant les manipulations, prends le temps de lire les **consignes de sécurité**. Leur application fait partie des attendus. Vérifie tes unités avant chaque calcul. Si tu bloques, reprends une étape à la fois et demande une explication.

Table des matières

Chapitre 1 : Électricité : mesurer et exploiter des signaux ..... Aller
1. Mesurer une tension et un courant ..... Aller
2. Lire et exploiter un signal ..... Aller
Chapitre 2 : Mécanique : mouvements et équilibres ..... Aller
1. Décrire un mouvement ..... Aller
2. Comprendre les forces et l'équilibre ..... Aller
Chapitre 3 : Chimie : étudier les solutions en toute sécurité ..... Aller
1. Reconnaître une solution et lire une étiquette ..... Aller
2. Préparer et utiliser une solution sans danger ..... Aller
Chapitre 4 : Signaux sonores et lumineux ..... Aller
1. Comprendre et mesurer un son ..... Aller
2. Observer et utiliser un signal lumineux ..... Aller
3. Faire des mesures utiles en atelier ..... Aller
Chapitre 5 : Températures, états et transferts thermiques ..... Aller
1. Mesurer et comprendre la température ..... Aller

2. Reconnaître les états de la matière ..... Aller
3. Comprendre les transferts thermiques ..... Aller

Chapitre 1 : Électricité : mesurer et exploiter des signaux

1. Mesurer une tension et un courant :

Les grandeurs à repérer :
La tension, notée U, se mesure en volts (V). Le courant, noté I, se mesure en ampères (A) ou en milliampères (mA). Dans l'atelier, ces mesures aident à vérifier un petit appareil ou une alimentation, sans démonter une machine au hasard.

Utiliser un multimètre sans se tromper :
Pour mesurer une tension, branche les pointes de touche en parallèle aux bornes du composant. Pour mesurer un courant, le multimètre doit être placé en série dans le circuit. Choisis le bon mode et commence par un calibre assez grand.

- V⎓ correspond à une tension continue, comme celle d'une pile.
- V~ correspond à une tension alternative, comme celle d'un adaptateur alternatif.
- A ou mA sert à mesurer un courant, avec le branchement adapté.

Ne mesure jamais une résistance sur un circuit alimenté. Ne manipule pas le secteur de 230 V pour faire un exercice. En atelier, garde les mains sèches et demande l'aide de ton enseignant si tu as un doute.

Exemple de mesure sur une pile :
Place le multimètre en mode V⎓, puis touche les bornes d'une pile de 1,5 V. Si l'écran affiche 1,42 V, la pile délivre une tension proche de sa valeur nominale. Le résultat s'exprime en volts.

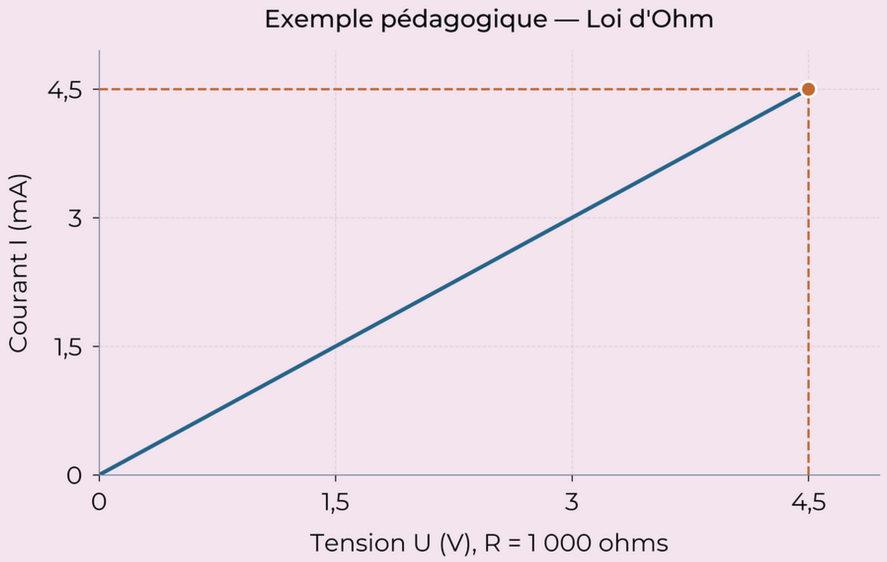
Manipulation rapide et relevé :
Avec une pile, une résistance et un multimètre, relève la tension aux bornes de la résistance. Pour un circuit simple, tu peux aussi calculer le courant avec I = U ÷ R. Si U vaut 4,5 V et R vaut 1 000 Ω, I vaut 0,0045 A, soit 4,5 mA.

Représentation visuelle



Utilisation précise de la machine à coudre pour l'assemblage de chapeaux

Graphique chiffré



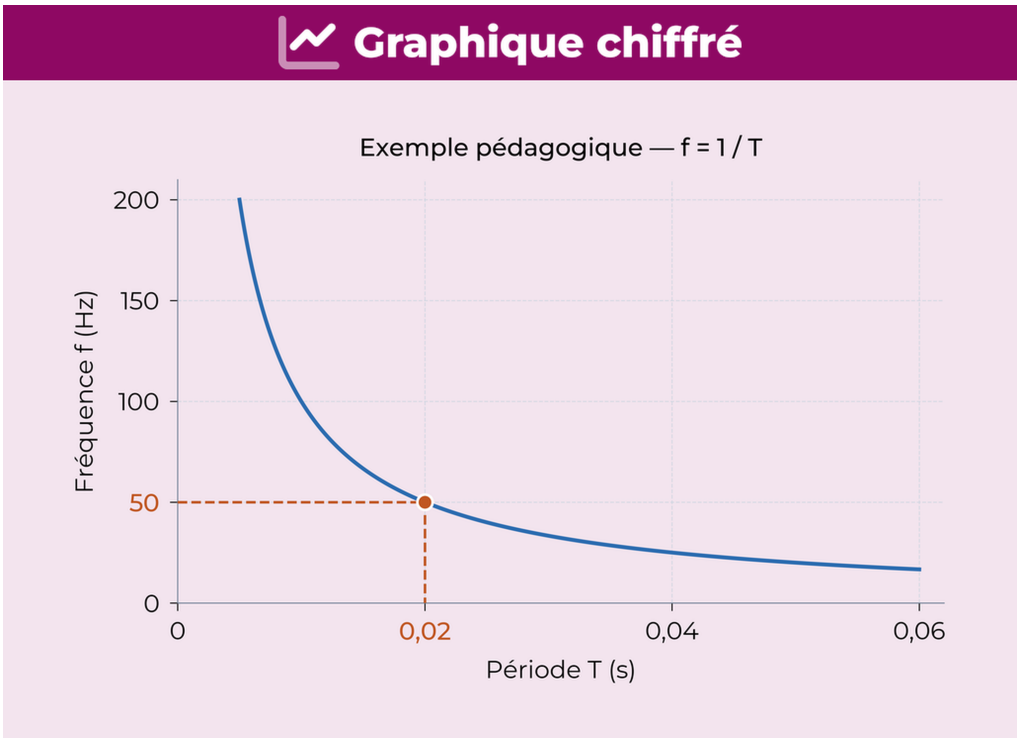
Mesure	Valeur relevée	Interprétation
Tension de la pile	4,5 V	Alimentation continue
Résistance	1 000 Ω	Valeur indiquée du composant

Courant calculé	4,5 mA	4,5 V ÷ 1 000 Ω

2. Lire et exploiter un signal :

Décrire un signal électrique :
Un signal électrique montre comment une tension évolue au cours du temps. Il peut rester stable ou varier régulièrement. Sur un oscilloscope, l'axe horizontal représente le temps et l'axe vertical représente la tension. Tu peux ainsi observer la forme du signal.

Calculer une période et une fréquence :
La période T est la durée d'un cycle, exprimée en secondes (s). La fréquence f indique le nombre de cycles par seconde, en hertz (Hz). La formule utile est f = 1 ÷ T. Par exemple, une période de 0,02 s correspond à 50 Hz.



Pour lire la période sur un oscilloscope, compte le nombre de divisions occupées par un cycle, puis multiplie-le par la durée d'une division. Vérifie toujours les réglages affichés, car une erreur de calibre fausse le résultat.

Mini-cas et livrable attendu :
Tu contrôles une alimentation basse tension destinée à une lampe de travail d'atelier. Avec l'accord de ton enseignant, tu observes sa sortie sur un oscilloscope réglé à 5 ms par division. Un cycle occupe 4 divisions, donc T = 20 ms et f = 50 Hz.

Note le matériel utilisé, les réglages, les mesures et ton calcul dans une fiche de contrôle. Le livrable attendu est une fiche datée qui indique la période de 0,020 s, la fréquence de 50 Hz et la forme observée, sans intervention sur une prise secteur.

Check-list avant de mesurer :

- Repère si le circuit est continu ou alternatif.
- Choisis le bon mode et vérifie les bornes du multimètre.
- Branche en parallèle pour une tension, en série pour un courant.
- Note les valeurs avec leurs unités et les réglages utilisés.
- Arrête-toi et demande de l'aide si tu ne connais pas le niveau de tension.

Ce qu'il faut retenir

Pour contrôler un circuit, identifie la grandeur à mesurer et choisis le bon branchement et le bon mode du multimètre.

- La **tension en parallèle** se mesure en volts ; le courant se mesure en série, en ampères ou milliampères.
- Sur un oscilloscope, l'axe horizontal indique le temps et l'axe vertical la tension.
- La **période et fréquence** sont liées par f = 1 ÷ T. Note tes mesures, unités et réglages.
- Ne mesure jamais une résistance sur un circuit alimenté et n'interviens pas sur le secteur.

Adopte des **gestes de sécurité** et demande de l'aide en cas de doute. Des mesures correctement relevées permettent de vérifier une alimentation et d'interpréter son signal.

Chapitre 2 : Mécanique : mouvements et équilibres

1. Décrire un mouvement :

Observer le déplacement :
Pour décrire un mouvement, tu dois préciser où se trouve l'objet à différents moments. On choisit un repère, par exemple le sol de l'atelier. Un objet peut sembler immobile par rapport à une table, mais bouger par rapport à une personne qui marche.

Reconnaître la trajectoire :
La trajectoire est le chemin suivi par l'objet. Elle peut être rectiligne, si elle forme une ligne droite, circulaire, si elle dessine un cercle, ou curviligne, si elle suit une courbe. La forme dépend de ce que tu observes.

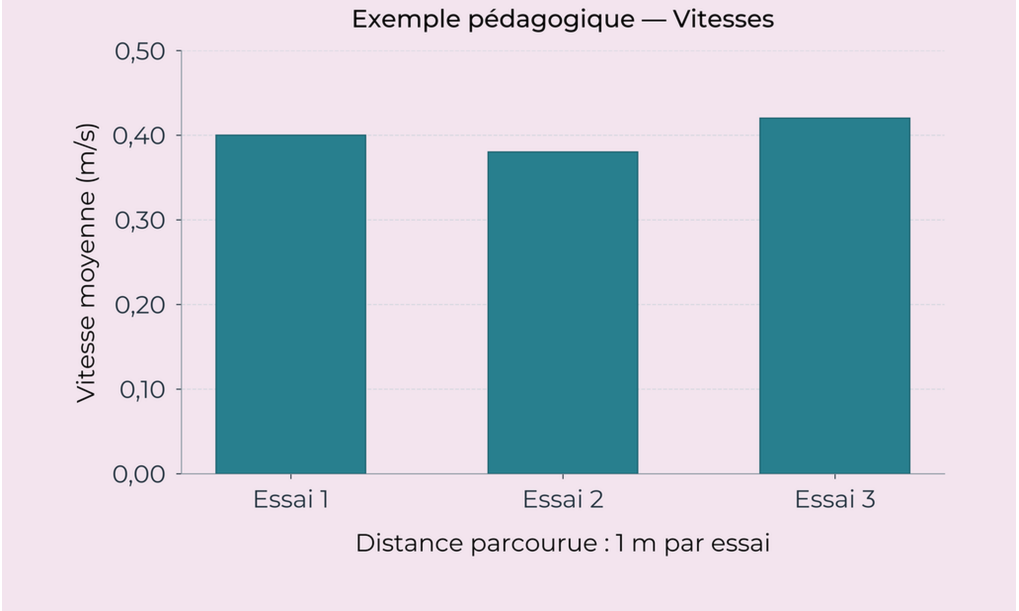
Pour comparer des positions, note le temps et la distance parcourue. La vitesse moyenne se calcule avec la formule v = d ÷ t. Si d est en mètres et t en secondes, v s'exprime en mètres par seconde.

Exemple de déplacement :
Tu fais glisser une boîte à chapeaux sur 1,2 m en 3 s. Sa vitesse moyenne est de 1,2 ÷ 3 = 0,4 m/s. Cette mesure décrit le déplacement pendant ces 3 s, pas chaque instant du trajet.

Manipulation rapide :
Pose un mètre ruban au sol, puis fais rouler une bobine sur une distance de 1 m. Chronomètre le trajet 3 fois et calcule la vitesse moyenne à chaque essai. Des résultats proches indiquent une mesure assez régulière.

Essai	Distance	Durée	Vitesse moyenne
1	1 m	2,5 s	0,40 m/s
2	1 m	2,6 s	0,38 m/s
3	1 m	2,4 s	0,42 m/s

Graphique chiffré



Les petites différences viennent souvent du déclenchement du chronomètre ou du geste. Note toujours les unités, puis arrondis raisonnablement. En atelier, une mesure n'a de sens que si tu précises la distance, la durée et l'objet observé.

2. Comprendre les forces et l'équilibre :

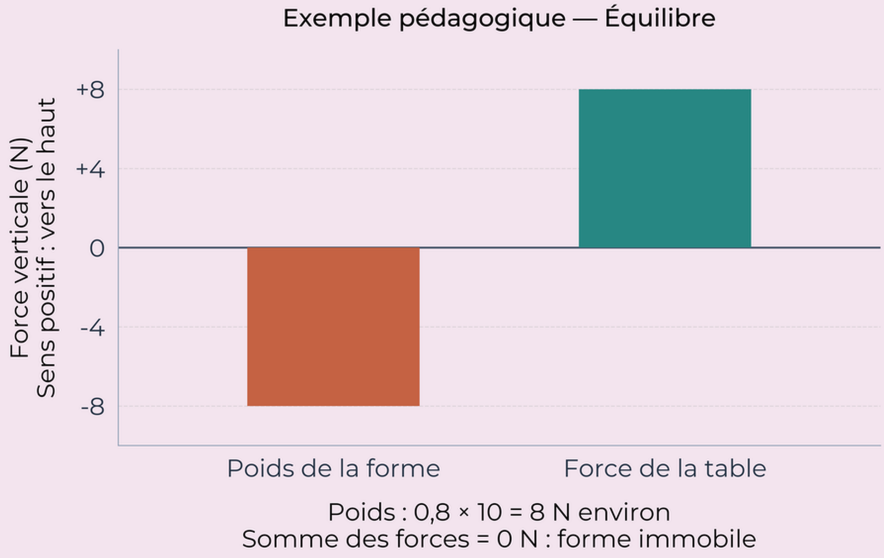
Repérer les forces :
Une force est une action qui peut mettre un objet en mouvement, ralentir son déplacement ou le déformer. Elle se représente par une flèche qui indique son point d'application, sa direction, son sens et son intensité, exprimée en newtons.

Sur un objet posé, la Terre exerce son poids vers le bas. Le support exerce une réaction vers le haut. Si l'objet reste immobile et que ces forces se compensent, il est en équilibre. Cela ne veut pas dire qu'aucune force n'agit.

Vérifier la stabilité :
Un objet stable reste en place lorsqu'il subit de petites perturbations. Sa base de soutien et la répartition de sa masse comptent. Pour éviter une chute, place les objets lourds près du centre et ne surcharge pas un bord de table.

Exemple d'équilibre :
Une forme à chapeau de 0,8 kg repose sur une table. Son poids vaut environ 8 N vers le bas, en prenant 10 N/kg pour la pesanteur. La table exerce une force d'environ 8 N vers le haut, donc la forme reste immobile.

Graphique chiffré



Mini-cas en atelier :
Tu prépares une forme et une boîte, posées sur une table. Commence par vérifier que la table ne bouge pas, puis place la forme au centre et observe si elle reste immobile pendant 10 s. Déplace-la ensuite près du bord, sans la lâcher.

Résultat attendu : repérer que la forme est en équilibre lorsqu'elle ne bouge pas et que le support la maintient. Le livrable attendu est un schéma annoté des forces, avec 2 flèches opposées et leurs valeurs estimées à 8 N.

Ta check-list sur le terrain :

- Repère l'objet dont tu veux décrire le mouvement.
- Choisis un point de référence fixe, comme le sol ou la table.
- Mesure la distance en mètres et la durée en secondes.
- Pour un objet immobile, identifie les forces qui s'exercent sur lui.
- Avant de poser du matériel, vérifie la stabilité du support et la répartition de la charge.

Ce qu'il faut retenir

Pour décrire un mouvement, choisis un **point de référence**, précise la trajectoire et mesure distance et durée.

- Calcule la vitesse moyenne avec v = distance ÷ temps, en indiquant les unités.

- Une force peut déplacer, ralentir ou déformer un objet. Représente-la par une flèche indiquant direction, sens et intensité.
- Un objet posé est en équilibre lorsque son poids vers le bas est compensé par la réaction du support vers le haut.
- Pour limiter les chutes, vérifie la stabilité du support et place les objets lourds près du centre.

Tu peux ainsi analyser les déplacements et les **forces en équilibre** tout en manipulant le matériel avec prudence.

Chapitre 3 : Chimie : étudier les solutions en toute sécurité

1. Reconnaître une solution et lire une étiquette :

Les mots à connaître :
Une solution est un mélange homogène dans lequel une substance, le soluté, est dissoute dans un liquide appelé solvant. Quand le solvant est l'eau, on parle de solution aqueuse. Elle peut être colorée ou transparente.

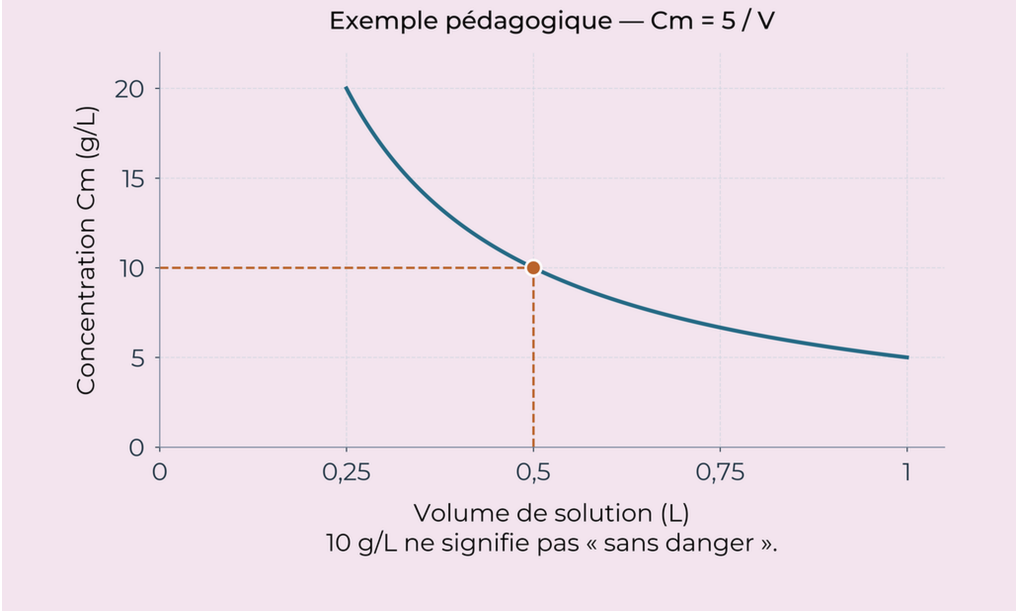
La concentration :
La concentration massique indique la masse de soluté dissoute dans un volume donné de solution. La formule utile est $C_m = m \div V$. C_m s'exprime en g/L, m en grammes et V en litres.

Les risques et les étiquettes :
Avant d'utiliser un produit, lis son étiquette et repère les pictogrammes, les mentions de danger et les conseils de prudence. Ils t'aident à identifier les risques, par exemple un produit irritant, inflammable ou corrosif.

En atelier, certains produits de nettoyage, colles ou teintures peuvent présenter des risques. Ne te fie pas seulement à l'odeur ou à l'apparence. Garde chaque produit dans son emballage étiqueté et demande conseil si une information manque.

Exemple de calcul de concentration :
Tu dissous 5 g de colorant dans 0,5 L de solution. Le calcul donne $C_m = 5 \div 0{,}5 = 10$ g/L. Cette valeur décrit la quantité de colorant par litre, elle ne prouve pas que le produit est sans danger.

Graphique chiffré



Mesure	Valeur	Interprétation
Masse de colorant	5 g	Masse de soluté pesée
Volume de solution	0,5 L	Volume final préparé
Concentration massique	10 g/L	5 g par litre de solution

2. Préparer et utiliser une solution sans danger :

Le matériel et les gestes :
Pour une manipulation simple, prépare une balance, une spatule, un bécher, une éprouvette graduée et de l'eau. Mets les protections demandées par l'enseignant. Les gants doivent être adaptés au produit, car un gant inadapté ne protège pas forcément.

Une préparation courte :
Pèse le soluté, verse-le dans le bécher, ajoute une partie du solvant et mélange jusqu'à dissolution. Transfère ensuite dans un récipient gradué, puis ajoute du solvant jusqu'au volume final. Étiquette la solution avec son nom et sa concentration.

La dilution et l'observation :
Une dilution rend une solution moins concentrée en ajoutant du solvant. Pour une solution colorée, la teinte devient souvent plus claire, mais ce test visuel reste approximatif. Respecte toujours le protocole et n'associe jamais des produits sans consigne.

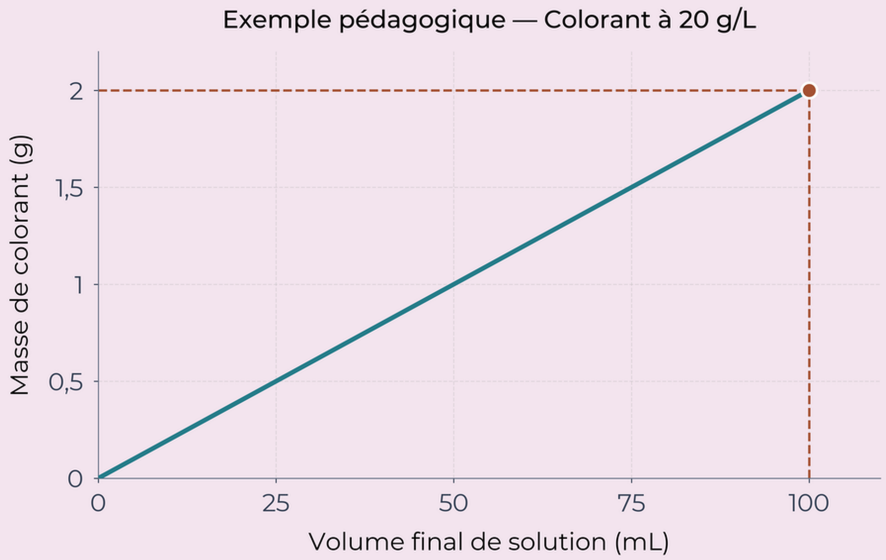
Après la manipulation, referme les flacons, nettoie le poste selon les consignes et lave-toi les mains. Si un produit touche ta peau ou tes yeux, préviens immédiatement l'enseignant et suis la procédure prévue dans l'atelier.

Check-list avant de commencer :

- Lis l'étiquette et repère les dangers.
- Prépare le matériel nécessaire avant d'ouvrir le produit.
- Porte les protections indiquées et vérifie qu'elles conviennent.
- Étiquette le récipient avec le nom et la concentration.
- Range et nettoie le poste après la manipulation.

Exemple de préparation en atelier :
Tu dois préparer 100 mL d'une solution aqueuse colorée à 20 g/L pour un essai sur une chute de tissu. Il faut 2 g de colorant, car 20 × 0,100 = 2. Tu dissous cette masse, complètes jusqu'à 100 mL et étiquettes le flacon. Le livrable attendu est un flacon identifié et une fiche indiquant 2 g, 100 mL et 20 g/L.

Graphique chiffré



Ce qu'il faut retenir

Une solution contient un soluté dissous dans un solvant. Sa concentration massique se calcule avec $\mathbf{C_m = m \div V}$ et s'exprime en g/L.

- Lis l'étiquette pour repérer les dangers et les consignes de prudence.
- Pèse le soluté, dissous-le, complète au volume final et étiquette la solution.

- Pour diluer, ajoute du solvant. Ne mélange jamais des produits sans consigne.
- Porte les protections adaptées, puis nettoie ton poste et lave-toi les mains.

La couleur ou l'apparence ne suffit pas à juger un risque. Suis toujours le protocole et préviens l'enseignant en cas d'incident.

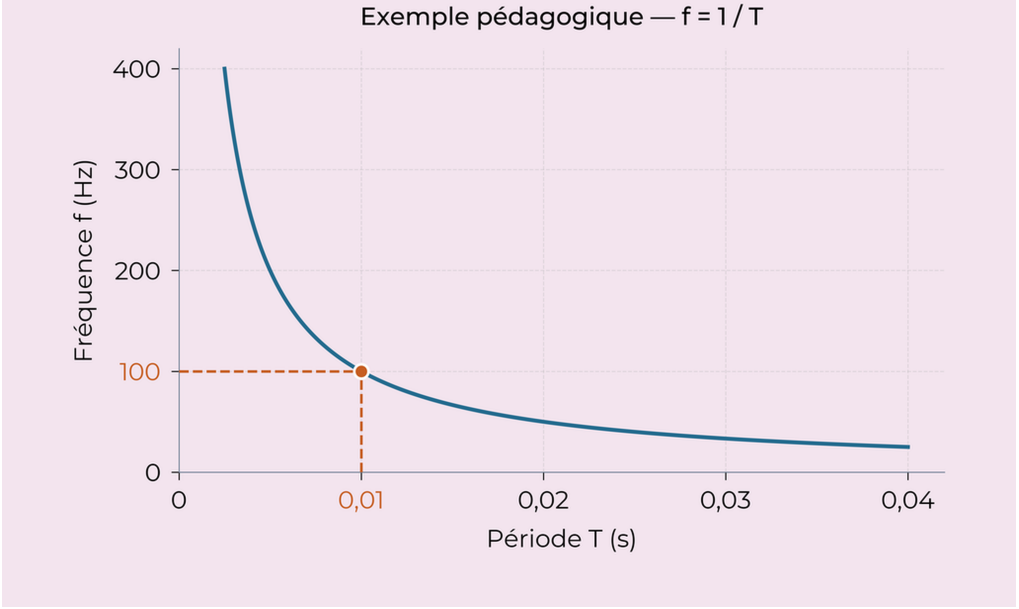
Chapitre 4 : Signaux sonores et lumineux

1. Comprendre et mesurer un son :

Les caractéristiques du son :
Un son est une vibration qui se propage dans l'air. Sa fréquence, exprimée en hertz (Hz), indique s'il est grave ou aigu. Son niveau sonore, mesuré en décibels (dB), indique s'il est faible ou fort.

Une fréquence élevée correspond à un son aigu. La formule f = 1 ÷ T relie la fréquence f à la période T, exprimée en secondes. Par exemple, une période de 0,01 s correspond à 100 Hz.

Graphique chiffré



Mesurer sans confondre :
Tu peux observer un signal sonore sur un écran ou mesurer son niveau avec un sonomètre. Une application de téléphone peut donner un ordre de grandeur, mais sa mesure reste indicative, surtout dans un atelier bruyant.

Mesure	Résultat	Ce que tu peux en déduire
Période	0,01 s	Le son se répète 100 fois par seconde
Fréquence	100 Hz	Le son est plutôt grave
Niveau sonore	70 dB	Le bruit est à surveiller s'il dure longtemps

Exemple de mesure d'un signal sonore :
En stage, tu mesures un avertisseur avec un sonomètre placé à 1 mètre. Il indique 70 dB. Note la distance, l'appareil utilisé et le résultat, car une mesure sans ces précisions est difficile à comparer.

2. Observer et utiliser un signal lumineux :

Les repères utiles :
Un signal lumineux peut être continu, clignotant ou composé de plusieurs couleurs. La couleur et le rythme transmettent une information, comme l'état d'une machine ou l'alerte d'un appareil.

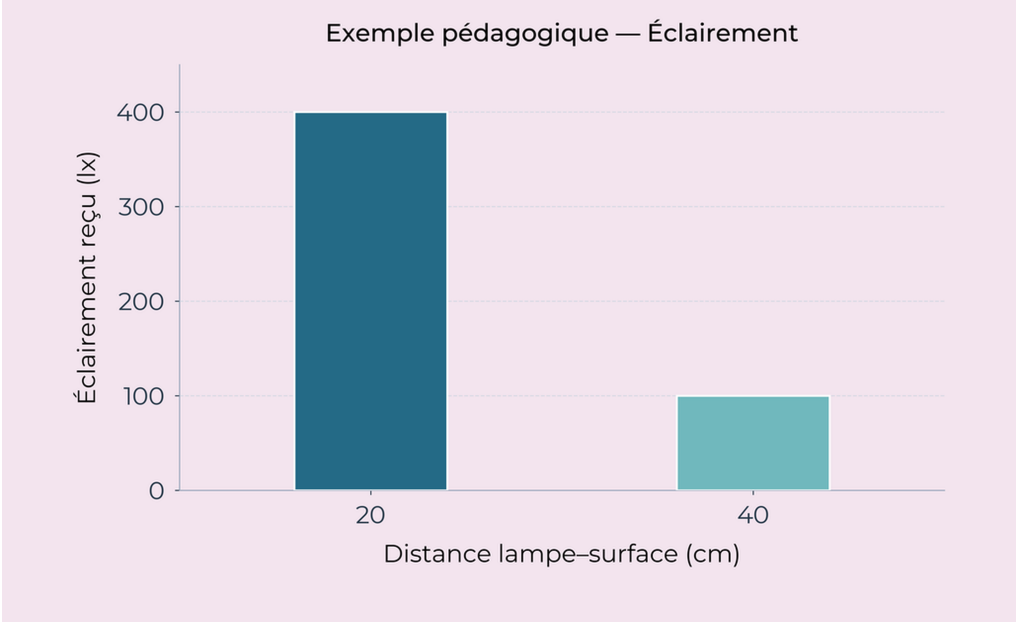
L'éclairement se mesure en lux (lx). Il indique la quantité de lumière reçue par une surface. Une mesure varie selon la distance de la lampe, son orientation et la lumière déjà présente dans la pièce.

Manipulation courte :
Prends une lampe, un luxmètre ou une application de mesure indicative, et une feuille claire. Mesure l'éclairement à 20 cm, puis à 40 cm, en gardant la lampe dans la même position.

- Place le capteur face à la lampe.
- Évite de faire de l'ombre sur le capteur.
- Note la distance et les lux affichés.
- Compare les résultats, sans changer les autres conditions.

Exemple de comparaison lumineuse :
À 20 cm, tu lis 400 lx, puis 100 lx à 40 cm. La surface reçoit moins de lumière quand tu éloignes la lampe. En atelier, ce contrôle aide à repérer un poste de travail mal éclairé.

Graphique chiffré



3. Faire des mesures utiles en atelier :

Mini cas concret :
Tu prépares un poste de mise en forme près d'une machine bruyante. Tu mesures le bruit à 1 mètre, puis l'éclairement sur la table de travail. Tu notes les valeurs avant de demander un ajustement si nécessaire.

- Mesure le bruit à 1 mètre de la machine, sans toucher aux réglages.
- Relève l'éclairement directement sur la zone où tu travailles.
- Répète chaque mesure 3 fois et note les résultats en dB et en lx.
- Compare les mesures et signale toute gêne à ton responsable.

Résultat attendu : une fiche avec 3 mesures sonores, 3 mesures lumineuses, les distances et les conditions de mesure. Ce livrable permet de comparer le poste après un changement d'emplacement ou d'éclairage.

Vérification sur le terrain :

À vérifier	Ton réflexe
Unité	Note les dB pour le bruit et les lx pour l'éclairement
Distance	Garde la même distance pour comparer
Position	Place le capteur au bon endroit et dans la bonne orientation
Répétition	Réalise 3 mesures pour repérer un résultat isolé

Sécurité	Ne fixe pas une source lumineuse intense et signale un bruit gênant

Astuce de terrain :
Lors d'un relevé, j'ai appris à écrire tout de suite l'unité et la distance à côté de chaque valeur. Ça évite de mélanger les mesures et ça rend ta fiche compréhensible pour l'équipe.

Ce qu'il faut retenir

Un son se caractérise par sa fréquence, en hertz, et son niveau, en décibels. La lumière se mesure en lux et peut transmettre une information par sa couleur ou son rythme.

- Utilise les **bonnes unités** : dB pour le bruit, lx pour l'éclairement.
- Pour comparer, conserve les mêmes **distance et position** de mesure.
- Répète chaque relevé trois fois et consigne les conditions.
- Une application fournit une estimation, tandis qu'un appareil dédié est préférable.

Des relevés fiables t'aident à évaluer un poste de travail et à signaler une gêne sonore ou un éclairage insuffisant.

Chapitre 5 : Températures, états et transferts thermiques

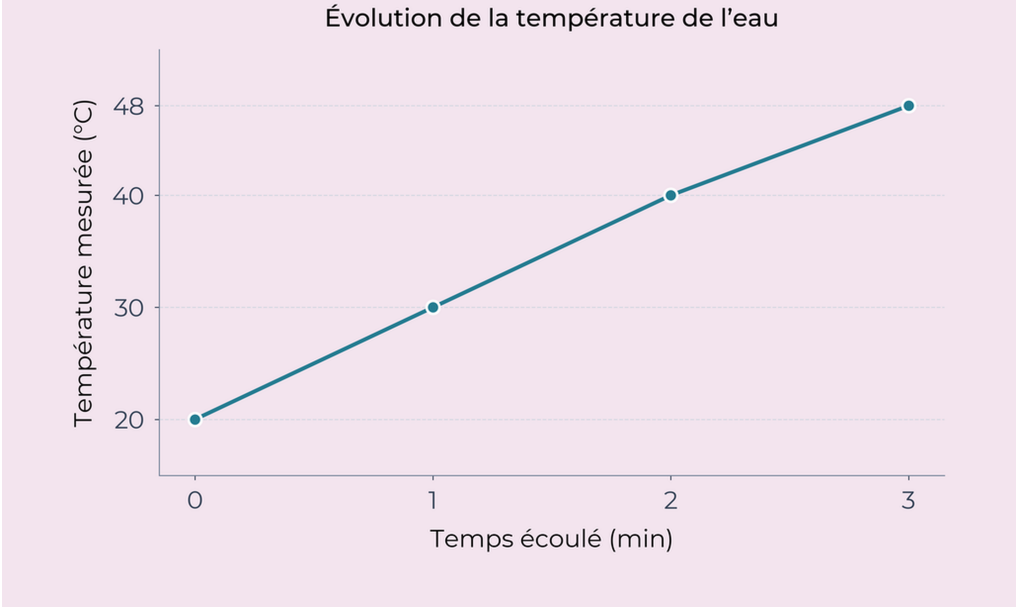
1. Mesurer et comprendre la température :

Température et unités :
La température indique si un objet est plus ou moins chaud. En atelier, tu la lis souvent en degrés Celsius, notés °C. Pour mesurer correctement, place le thermomètre près de la zone concernée et attends que l'affichage se stabilise.

Manipulation rapide :
Tu as besoin d'un thermomètre, d'un bol d'eau et d'un chronomètre. Mesure l'eau au départ, puis après 1, 2 et 3 minutes. Note les valeurs sans toucher le capteur contre le bol, car cela fausserait la mesure.

Temps écoulé	Température mesurée	Ce que tu observes
0 minute	20 °C	L'eau est à température ambiante.
1 minute	30 °C	La température augmente.
2 minutes	40 °C	L'eau reçoit de l'énergie thermique.
3 minutes	48 °C	La hausse ralentit.

Graphique chiffré



Ces valeurs sont un exemple de relevé, elles dépendent du matériel et de la pièce. Une température plus élevée signifie que l'eau est plus chaude, mais elle ne dit pas à elle seule combien d'énergie a été transférée.

Repères pour l'atelier :

- Vérifie la température de l'outil avec un thermomètre adapté, si le matériel le permet.
- Teste d'abord sur une chute du même matériau que ton chapeau.
- Note la température, la durée et le résultat obtenu.
- Éloigne tes doigts de la vapeur et des surfaces chaudes.

2. Reconnaître les états de la matière :

Solide, liquide et gaz :
La matière peut se présenter sous forme solide, liquide ou gazeuse. L'eau est solide sous forme de glace, liquide dans un bol et gazeuse lorsqu'elle devient vapeur. En chauffant ou en refroidissant, elle peut changer d'état.

Changements d'état :
La fusion transforme un solide en liquide, tandis que la solidification fait l'inverse. La vaporisation transforme un liquide en gaz, et la condensation transforme la vapeur en liquide. Pendant un changement d'état, la température peut rester stable un moment.

Exemple de vapeur sur un chapeau :
La vapeur d'eau se refroidit au contact d'une surface plus froide et forme de petites gouttes. En atelier, cette humidité peut modifier temporairement la forme ou l'aspect d'un matériau. Observe donc la matière avant de poursuivre le travail.

Ce que la chaleur peut changer :
La chaleur peut réchauffer un matériau, le refroidir ensuite ou provoquer un changement d'état dans l'eau qu'il contient. Les réactions varient selon la matière. La laine, la paille et les tissus n'ont pas tous la même sensibilité.

3. Comprendre les transferts thermiques :

Trois façons de transférer la chaleur :
La conduction transmet la chaleur par contact, comme une plaque chaude qui réchauffe un objet posé dessus. La convection la transporte avec le déplacement d'un liquide ou d'un gaz. Le rayonnement la transmet à distance, comme la chaleur ressentie près d'un radiateur.

Application au travail des formes :
Quand tu utilises de la vapeur ou un outil chauffant, la chaleur aide à assouplir ou à mettre en forme certains matériaux. Le résultat dépend de la température, du temps d'exposition et de l'humidité. Trop chauffer peut laisser une marque ou abîmer la matière.

Exemple de mise en forme :
Sur une chute de feutre, tu appliques brièvement de la vapeur à distance, puis tu formes la matière sur un support adapté. Tu notes la durée et observes si la forme tient après refroidissement. Le résultat attendu est un relevé de test avec la matière utilisée, le temps d'exposition et tes observations.

Check-list avant de chauffer :

- Identifie la matière et consulte les consignes de l'atelier.
- Prépare une chute pour faire un essai.
- Mesure ou règle la température selon les consignes du matériel.
- Commence par une exposition courte, puis observe la matière.
- Laisse refroidir avant de vérifier si la forme est stable.

Ce qu'il faut retenir

La température, exprimée en °C, indique le degré de chaleur, mais pas à elle seule l'énergie transférée. La matière peut être solide, liquide ou gazeuse et changer d'état sous l'effet de la chaleur ou du refroidissement.

- Mesure correctement et note la **température et la durée** de chaque essai.
- La chaleur se transfère par **conduction, convection ou rayonnement**.
- Avant de chauffer, teste une chute, commence brièvement et laisse refroidir pour vérifier le résultat.

Adapte toujours la chaleur à la matière et respecte les consignes de sécurité : une exposition excessive peut l'abîmer ou en modifier l'aspect.

Langue vivante étrangère : Anglais

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu apprends à communiquer simplement en anglais, notamment pour décrire un chapeau. Cette matière conduit à une **épreuve facultative orale** à l'examen final, sans CCF. Aucun coefficient n'est indiqué dans le règlement du diplôme.

L'épreuve dure **12 minutes maximum**, avec présentation, échange et compréhension d'un document écrit. Le niveau visé est A2. La note est sur 20, seuls les points au-dessus de 10 comptent.

Conseil :
Consacre **10 minutes par jour** à l'anglais. Crée des fiches sur les matières, les couleurs et les formes. Entraîne-toi à présenter un chapeau, son tissu et sa garniture avec des phrases courtes.

Prépare une présentation liée à un projet utilisant l'anglais, puis répète avec un camarade. Enregistre-toi pour travailler ta prononciation. Je te conseille de privilégier un **message clair et simple** plutôt qu'un texte compliqué appris sans comprendre. Tu peux progresser sans parler parfaitement.

Table des matières

Chapitre 1 : Comprendre les messages simples ..... Aller
1. Repérer les informations utiles ..... Aller
2. Comprendre et traiter une demande ..... Aller
Chapitre 2 : S'exprimer en anglais au quotidien et au travail ..... Aller
1. Se présenter et échanger au quotidien ..... Aller
2. Communiquer dans un atelier de chapellerie ..... Aller
3. Accueillir un client et présenter une création ..... Aller
Chapitre 3 : Lire, écrire et découvrir les cultures anglophones ..... Aller
1. Lire des documents authentiques ..... Aller
2. Écrire un court texte en anglais ..... Aller
3. Découvrir les cultures anglophones ..... Aller

Chapitre 1 : Comprendre les messages simples

1. Repérer les informations utiles :

Observer les mots importants :
Quand tu lis un message en anglais, ne cherche pas à traduire chaque mot. Repère d'abord le sujet, les mots que tu connais, les dates, les horaires et les consignes. Cette méthode t'aide à comprendre l'essentiel sans te bloquer.

Reconnaître le vocabulaire de l'atelier :
Dans un atelier ou une boutique, quelques mots reviennent souvent. Apprends-les par petites séries et relie-les aux objets que tu manipules. C'est plus facile de retenir un mot quand tu peux le voir ou le toucher.

English	Français
Hat	Chapeau
Ribbon	Ruban
Fabric	Tissu
Size	Taille
Please wait	Merci d'attendre
Open	Ouvert
Closed	Fermé

Exemple de consigne :
"Please put the ribbons on the table." (Merci de poser les rubans sur la table.) Le mot "ribbons" désigne les rubans et "table" indique où les poser. Même sans comprendre chaque détail, tu peux suivre l'action demandée.

2. Comprendre et traiter une demande :

Lire un message court :
Dans un courriel, une note ou une étiquette, cherche qui écrit, ce qu'il faut faire et pour quand. Les verbes comme "bring" (apporter), "check" (vérifier) ou "send" (envoyer) annoncent souvent l'action principale.

Demander une précision simplement :
En stage, mieux vaut demander de répéter que de deviner une consigne importante. Garde quelques phrases prêtes. Prononce-les calmement, puis écoute la réponse en repérant les mots que tu connais déjà.

Exemple de mini-dialogue à l'atelier :
"Could you repeat, please?" (Peux-tu répéter, s'il te plaît ?)"Measure the ribbon, please." (Mesure le ruban, s'il te plaît.)"Do you mean 30 centimetres?" (Tu veux dire 30 centimètres ?)"Yes, that's right." (Oui, c'est ça.)

Erreurs fréquentes :

- Évite de traduire "actually" par « actuellement », car ce mot signifie souvent « en fait ».
- Ne réponds pas "I am agree". Dis plutôt "I agree." (Je suis d'accord.)
- Ne fais pas semblant d'avoir compris. Demande "Can you show me?" (Peux-tu me montrer ?)

Ta check-list sur le terrain :

- Repère le verbe qui indique l'action à faire.
- Note la date, l'heure ou la quantité mentionnée.
- Associe les mots connus aux objets présents.
- Demande une répétition si une consigne reste floue.

Exemple de mini-cas en stage :
À 9 h, ta tutrice te laisse un message demandant de préparer 2 chapeaux et de vérifier que chaque ruban mesure 30 centimètres. Tu repères les quantités, prépares les pièces, puis contrôles les rubans avec une règle. Résultat attendu : 2 chapeaux prêts et 2 rubans vérifiés. Livrable : une fiche de contrôle avec les mesures notées.

Ce qu'il faut retenir

Pour comprendre un message simple en anglais, repère les **informations essentielles** sans traduire chaque mot.

- Identifie le verbe d'action, les dates, les horaires et les quantités.
- Relie le **vocabulaire de l'atelier** aux objets que tu vois et manipules.
- Si une consigne est floue, demande de la répéter ou de te la montrer.

Vérifie ta compréhension avant d'agir : tu éviteras les erreurs et pourras réaliser la tâche correctement.

Chapitre 2 : S'exprimer en anglais au quotidien et au travail

1. Se présenter et échanger au quotidien :

Se présenter simplement :
Au début, pas besoin de faire de longues phrases. Donne ton prénom, explique ce que tu fais et pose une question simple. En stage ou avec un client anglophone, parler lentement et sourire aide déjà beaucoup.

Exemple : Hello, my name is Léa. I'm a hat-making student. (Bonjour, je m'appelle Léa. Je suis en formation de chapellerie.)

Poser des questions courtes :
Les questions utiles commencent souvent par What (quoi), Where (où), How (comment) ou Can (pouvoir). Apprends-en quelques-unes par cœur, puis réutilise-les dans différentes situations.

En anglais	En français
Hello, how are you?	Bonjour, comment vas-tu ?
My name is Léa.	Je m'appelle Léa.
What is your name?	Comment t'appelles-tu ?
Can you help me, please?	Peux-tu m'aider, s'il te plaît ?
Could you repeat that, please?	Peux-tu répéter, s'il te plaît ?
I don't understand.	Je ne comprends pas.
Thank you for your help.	Merci pour ton aide.

Mini-dialogue de rencontre :
Garde en tête 2 ou 3 répliques faciles. J'ai trouvé ça rassurant en atelier, car on peut les réutiliser même quand on est un peu stressé.

Représentation visuelle



Utilisation de la machine à coudre pour assembler des pièces de tissu

Hello, I'm Léa. I'm doing an internship here. (Bonjour, je m'appelle Léa. Je fais un stage ici.)Welcome, Léa. I'm Sam, the workshop manager. (Bienvenue, Léa. Je m'appelle Sam, je dirige l'atelier.)

2. Communiquer dans un atelier de chapellerie :

Nommer les outils et les matières :
Au travail, le vocabulaire précis évite les confusions. Commence par apprendre les mots des objets que tu utilises souvent. Prononce-les à voix haute en montrant l'objet, cela aide à les mémoriser.

Exemple : This is felt. I need the scissors and the measuring tape. (C'est du feutre. J'ai besoin des ciseaux et du mètre ruban.)

Expliquer une action ou demander de l'aide :
Pour décrire une étape, utilise une phrase courte au présent. Si tu n'es pas sûr d'avoir compris une consigne, demande une répétition plutôt que de deviner. C'est plus sûr pour le matériel et la pièce en cours.

Exemple : I'm shaping the hat on the block. (Je mets le chapeau en forme sur la forme en bois.)

Erreurs fréquentes :

- I have 16 years old. (Formulation incorrecte.) Dis plutôt : I am 16 years old. (J'ai 16 ans.)
- I am agree. (Formulation incorrecte.) Dis plutôt : I agree. (Je suis d'accord.)
- Repeat, please. (Ton brusque.) Préfère : Could you repeat that, please? (Peux-tu répéter, s'il te plaît ?)

Exemple de demande en atelier :
Could you show me how to use this tool? (Peux-tu me montrer comment utiliser cet outil ?) Cette phrase est utile quand une consigne est nouvelle. Elle permet de demander une démonstration avant de commencer.

3. Accueillir un client et présenter une création :

Accueillir et comprendre la demande :
Avec un client, commence par saluer, puis écoute sa demande. Tu peux vérifier un détail avec une question courte. Le ton poli compte autant que les mots, surtout lors d'un premier échange.

Exemple : Good morning. What kind of hat are you looking for? (Bonjour. Quel type de chapeau cherchez-vous ?)

Présenter une pièce :
Décris la matière, la couleur et un détail de fabrication. Tu n'as pas besoin d'un vocabulaire compliqué. Une phrase claire sur le feutre, la paille ou le ruban suffit pour commencer.

Exemple : This hat is made of felt. It has a blue ribbon. (Ce chapeau est en feutre. Il a un ruban bleu.)

Mini-cas pratique et livrable attendu :
Une cliente anglophone entre dans l'atelier pour choisir un chapeau. En 5 minutes, salue-la, pose 2 questions sur la couleur et la taille, puis présente 1 modèle. Note ses réponses pour ne pas oublier sa demande.

Dialogue possible : What colour do you prefer? (Quelle couleur préférez-vous ?)I prefer green. Do you have a smaller size? (Je préfère le vert. Avez-vous une taille plus petite ?)

Le livrable attendu est une fiche client de 3 lignes en anglais, avec la couleur souhaitée, la taille demandée et le modèle présenté. Cette fiche montre que tu as compris la demande et peux la transmettre à l'équipe.

Check-list avant un échange :

- Prépare 3 phrases de présentation et dis-les à voix haute.
- Vérifie que tu connais 5 mots liés aux outils ou aux matières.
- Écoute toute la question avant de répondre.

- Demande poliment de répéter si un mot t'échappe.
- Note les informations importantes après l'échange.

Ce qu'il faut retenir

Pour communiquer en anglais, privilégie les phrases simples, parle clairement et reste poli. Apprends du vocabulaire utile à ton quotidien et à l'atelier.

- Présente-toi et pose des **questions courtes** pour échanger.
- Nomme précisément les outils et matières, et demande une répétition ou une démonstration si nécessaire.
- Avec un client, écoute sa demande, présente une création et note les informations importantes.

Quelques phrases préparées te rassurent et t'aident à éviter les malentendus. Entraîne-toi à les réutiliser dans des situations concrètes.

Chapitre 3 : Lire, écrire et découvrir les cultures anglophones

1. Lire des documents authentiques :

Repérer les informations utiles :
Quand tu lis une étiquette, une invitation ou un court article en anglais, commence par observer le titre, les images et la mise en page. Repère ensuite les mots que tu connais, les dates, les lieux et les noms propres.

Tu n'as pas besoin de traduire chaque mot. Cherche d'abord le sujet général, puis les détails qui répondent à une question précise. Cette méthode évite de bloquer sur un mot inconnu et te fait gagner du temps.

Comprendre le vocabulaire de la mode :
Certains mots reviennent souvent dans les documents consacrés aux chapeaux et aux accessoires. Note-les dans un petit carnet avec leur traduction. Relire 5 mots par jour est plus efficace que d'essayer d'en mémoriser 30 d'un coup.

Anglais	Français
A hat	Un chapeau
A brim	Un bord de chapeau
A ribbon	Un ruban
Wool felt	Du feutre de laine
Handmade	Fait à la main
A label	Une étiquette

Exemple de lecture :
Tu lis « Handmade wool felt hat, made in Scotland » (Chapeau en feutre de laine fait à la main, fabriqué en Écosse). Tu peux comprendre le matériau, la fabrication et le lieu sans traduire chaque élément grammatical.

2. Écrire un court texte en anglais :

Suivre un plan simple :
Pour écrire une description claire, présente d'abord l'objet, puis sa matière, sa couleur et un détail particulier. Fais des phrases courtes. À ton niveau, 4 ou 5 phrases bien relues valent mieux qu'un long texte difficile à maîtriser.

Exemple : « This hat is made of black wool felt. It has a wide brim and a blue ribbon. » (Ce chapeau est fait de feutre de laine noir. Il a un bord large et un ruban bleu.)

Relire pour éviter les erreurs :
Vérifie les mots au singulier et au pluriel, l'ordre des adjectifs et la ponctuation. En anglais, l'adjectif se place généralement avant le nom, comme dans « a red hat » (un chapeau rouge). Une relecture lente aide à repérer les oublis.

- Erreur fréquente : « a hat red ». Écris plutôt « a red hat » (un chapeau rouge).
- Erreur fréquente : « two hat ». Écris « two hats » (deux chapeaux).
- Erreur fréquente : oublier le point final. Termine chaque phrase par un signe de ponctuation.

Exemple de mini-cas :
Pour une fiche de 1 création destinée à un petit dossier bilingue, tu lis une étiquette, puis tu rédiges 4 phrases sur la matière, la forme et la décoration. Tu relis les pluriels et les adjectifs. Livrable attendu : une fiche en anglais de 4 phrases accompagnée de sa traduction française.

3. Découvrir les cultures anglophones :

Observer sans généraliser :
Les cultures anglophones sont diverses. Elles comprennent notamment le Royaume-Uni, l'Irlande, les États-Unis, le Canada, l'Australie et d'autres pays. Un document peut évoquer une région, une époque ou une tradition précise, sans représenter toutes les personnes qui parlent anglais.

Quand tu découvres un chapeau associé à une fête ou à une cérémonie, observe son contexte avant de l'interpréter. Le lieu, la date et les personnes représentées t'aident à comprendre sa fonction et sa signification.

Utiliser une check-list de lecture :
En stage ou en cours, cette vérification rapide t'aide à présenter une information culturelle sans confondre ton observation et une généralisation. Pour une recherche courte, consacre environ 10 minutes à la lecture et 5 minutes à la prise de notes.

À vérifier	Ta question
Le pays ou la région	Où le document a-t-il été créé ?
La date	Parle-t-on d'aujourd'hui ou du passé ?
Le type de document	Est-ce une étiquette, une affiche ou un article ?
Les faits observés	Qu'est-ce que le texte dit vraiment ?
Ton interprétation	Est-ce un fait ou une supposition ?

Exemple de découverte culturelle :

Tu trouves une photo ancienne d'un chapeau porté lors d'une course hippique britannique. « The photograph shows a decorated hat at a British race meeting. » (La photographie montre un chapeau décoré lors d'une réunion hippique britannique.) Tu décris l'image et son contexte sans prétendre que tous les Britanniques portent ce type de chapeau.

Ce qu'il faut retenir

Pour lire et écrire en anglais, privilégie une méthode simple et efficace :

- Repère le sujet, les dates, les lieux et les mots connus sans traduire chaque mot. Mémorise le **vocabulaire essentiel** progressivement.
- Rédige des phrases courtes en suivant un plan : objet, matière, couleur et détail. Vérifie l'ordre des adjectifs, les pluriels et la ponctuation.
- Pour comprendre une référence culturelle, situe le document dans son **contexte précis** et distingue les faits de tes interprétations.

Une lecture attentive et une relecture méthodique t'aident à produire des textes clairs, sans généraliser sur la diversité des **cultures anglophones**.

Éducation physique et sportive

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, l'Éducation physique et sportive t'apprend à mieux bouger, à coopérer et à entretenir ta santé. L'épreuve est **pratique, de coefficient 1**.

En CCF, tu es évalué sur **2 activités physiques** de champs d'apprentissage différents, pendant la dernière année de formation. Les dates sont fixées par ton établissement.

En examen ponctuel final, tu passes une activité. Il n'existe pas de **durée unique** commune à toutes les activités.

Conseil :
Pour réussir, je te conseille de participer régulièrement et de demander les critères d'évaluation dès le début. Prépare ta tenue la veille et note les dates importantes. À chaque séance, choisis un objectif simple, comme mieux doser ton effort.

Après le cours, prends 2 minutes pour noter une réussite et une difficulté. Demande ensuite un conseil précis à ton enseignant. Ne te compare pas constamment aux autres, concentre-toi sur tes apprentissages.

Table des matières

Chapitre 1 : Doser son effort et mesurer ses progrès ..... Aller
1. Doser ton effort pendant la course ..... Aller
2. Mesurer tes progrès avec des repères ..... Aller
Chapitre 2 : Badminton : choisir ses coups et tenir son rôle ..... Aller
1. Choisir le bon coup ..... Aller
2. Te replacer et jouer en équipe ..... Aller
3. T'entraîner avec une consigne précise ..... Aller
Chapitre 3 : Musculation : s'entraîner et préserver sa santé ..... Aller
1. Construire une séance adaptée ..... Aller
2. Progresser sans abîmer ta santé ..... Aller

Chapitre 1 : Doser son effort et mesurer ses progrès

1. Doser ton effort pendant la course :

Partir à la bonne allure :
En course, ne démarre pas à toute vitesse pour suivre les autres. Pars tranquillement, puis accélère si tu te sens bien. J'ai appris à mes dépens qu'un départ trop rapide fatigue vite et rend la fin du parcours difficile.

Écouter les signes de ton corps :
Tu dois respirer plus fort, mais garder assez de souffle pour parler par petites phrases. Si tu es complètement essoufflé, ralentis ou marche quelques instants. Une douleur inhabituelle, un vertige ou une gêne importante sont des signaux à prendre au sérieux.

Repérer ton intensité :
Cette échelle simple t'aide à adapter ton allure. Elle ne remplace pas l'écoute de ton corps, mais elle te donne un repère facile à utiliser pendant une séance.

Intensité ressentie	Ce que tu peux faire
Facile	Courir en parlant sans difficulté
Modérée	Parler par courtes phrases
Difficile	Ralentir pour reprendre ton souffle

Exemple d'allure régulière :
Tu cours 10 minutes sur une boucle. Les 2 premières minutes, tu pars doucement. Ensuite, tu gardes une allure où tu peux parler par petites phrases. Si tu peines à respirer, tu ralentis au lieu de t'arrêter brusquement.

2. Mesurer tes progrès avec des repères :

Noter des résultats utiles :
Après chaque séance, note la durée, la distance si tu la connais, les pauses et ton ressenti. Compare tes séances dans des conditions proches. Un seul chrono ne dit pas tout, car le sommeil, la météo ou le terrain peuvent changer tes sensations.

Progresser sans te précipiter :
Garde une allure maîtrisée avant d'essayer de courir plus longtemps ou plus vite. Modifie un seul repère à la fois, par exemple la durée. Prévois aussi des temps de récupération, car ils permettent à ton corps de s'adapter.

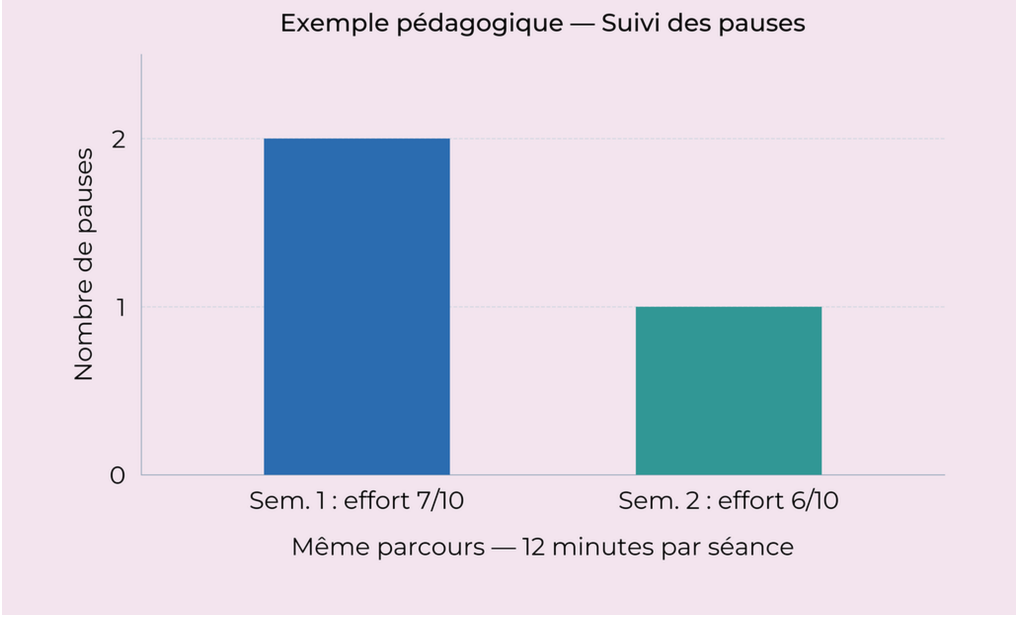
Suivre une méthode sur le terrain :

- Choisis un parcours plat et sûr.

- Échauffe-toi en marchant quelques minutes.
- Pars à une allure qui te permet de parler.
- Note la durée, les pauses et ton ressenti après la course.
- Arrête-toi et préviens l'enseignant si tu te sens mal.

Exemple de suivi sur 2 semaines :
Tu cours sur le même parcours pendant 12 minutes. La première semaine, tu fais 2 pauses et tu notes un effort de 7 sur 10. La deuxième, tu gardes 12 minutes, mais tu fais 1 pause et tu notes 6 sur 10. Le livrable attendu est un tableau de suivi daté, avec durée, pauses et ressenti.

Graphique chiffré



Faire le lien avec ta formation :
En atelier ou en stage, tu peux rester longtemps debout et répéter des gestes précis. Une course bien dosée t'apprend à gérer ton énergie. Note aussi si tu récupères bien, pour repérer ce qui t'aide à rester disponible dans la journée.

Ce qu'il faut retenir

Gère ton allure et observe tes sensations pour courir sans t'épuiser. Tes progrès se mesurent avec plusieurs repères, pas seulement le chrono.

- **Pars progressivement** et ralentis si tu ne peux plus parler par petites phrases.
- Prends au sérieux toute douleur inhabituelle, tout vertige ou malaise.

- **Note tes séances** : durée, distance, pauses et ressenti, dans des conditions comparables.
- **Progresse par étapes** : change un seul repère à la fois et prévois de la récupération.

Un suivi régulier t'aide à adapter ton effort et à mieux gérer ton énergie au quotidien.

Chapitre 2 : Badminton : choisir ses coups et tenir son rôle

1. Choisir le bon coup :

Observer avant de frapper :
Avant de renvoyer le volant, regarde où se trouve ton adversaire et repère les espaces libres. Tu n'as pas besoin de frapper fort à chaque échange. Un coup bien placé peut le faire courir et te donner le temps de te replacer.

Varier tes trajectoires :
Le dégagement envoie le volant haut et loin, vers le fond du terrain. L'amorti passe juste au-dessus du filet. Le smash est une frappe rapide vers le bas. Le choix dépend de ta position et de celle de l'adversaire.

Exemple de choix de coup :
Ton adversaire est près du filet et tu es au fond du terrain. Tu peux jouer un dégagement haut pour le repousser. S'il reste au fond, tu cherches ensuite une ouverture devant lui, sans frapper au hasard.

Éviter les erreurs fréquentes :
Quand tu es en retard, tenter un smash puissant finit souvent par envoyer le volant dehors ou dans le filet. Privilégie alors un renvoi haut pour gagner quelques secondes et reprendre ta position au centre.

2. Te replacer et jouer en équipe :

Revenir au centre :
Après chaque frappe, reviens vers une position qui te permet d'atteindre plusieurs zones du terrain. Tu n'as pas besoin de rester immobile au milieu exact, mais évite de regarder ton coup sans préparer le suivant.

Communiquer en double :
En double, annonce clairement « à moi » ou « à toi » quand le volant arrive entre vous. Vous pouvez vous répartir le terrain côte à côte en défense, puis l'un devant et l'autre derrière quand vous attaquez.

Exemple de placement en double :
Ton partenaire est au fond et frappe un volant haut. Tu avances vers le filet pour intercepter un renvoi court. Si l'équipe est ensuite attaquée, vous vous replacez côte à côte pour couvrir les côtés.

Tenir ton rôle sur le terrain :
Respecte les règles, annonce le score clairement et reconnais un volant sorti, même si cela donne le point à l'autre équipe. Si tu arbitres, observe les lignes et reste neutre. Une attitude honnête rend le match plus agréable pour tous.

3. T'entraîner avec une consigne précise :

Suivre une routine simple :
Sur un exercice de 10 minutes, alterne dégagements et amortis, puis termine par quelques échanges libres. Entre les séries, récupère environ 1 minute et bois quelques gorgées. Arrête-toi si tu ressens une douleur inhabituelle.

Observer tes progrès :
Compte les volants qui arrivent dans la zone visée plutôt que de te concentrer seulement sur la puissance. Cette méthode te montre si ton choix de coup devient plus régulier et t'aide à fixer un objectif clair pour la séance.

Exemple de mini-cas concret :
En binôme, tu joues 12 dégagements vers le fond du terrain, puis 12 amortis près du filet. Ton partenaire compte les réussites et te rappelle de te replacer après chaque frappe. Résultat visé : réussir au moins 8 coups sur 12 dans chaque zone.

Le livrable attendu est une fiche de séance indiquant les 2 coups travaillés, le nombre de réussites sur 12 et une remarque sur ton placement.

Ta check-list avant et pendant le jeu :

Moment	À vérifier
Avant l'échange	Je regarde la position de l'adversaire.
Après ma frappe	Je me replace sans attendre.
En double	J'annonce qui prend le volant.
Pendant le match	Je respecte le score et les décisions.
À la fin de l'exercice	Je note mes réussites et un point à améliorer.

Ce qu'il faut retenir

Au badminton, choisis ton coup en observant l'adversaire et ta position : la puissance n'est pas toujours la meilleure option.

- Varie **les trajectoires** entre dégagement, amorti et smash selon les espaces disponibles.
- Après chaque frappe, pense à **te replacer au centre** pour préparer la suite.
- En double, communiquez clairement et répartissez-vous le terrain.

- À l’entraînement, mesure tes réussites pour suivre tes progrès et respecte les règles du jeu.

Joue avec intention, reste honnête et adapte tes choix pour mieux couvrir le terrain avec ton partenaire.

Chapitre 3 : Musculation : s'entraîner et préserver sa santé

1. Construire une séance adaptée :

À quoi sert la musculation :
La musculation renforce les muscles grâce à des exercices répétés, avec ou sans matériel. Elle peut t'aider à porter des objets, à garder une posture confortable et à mieux supporter les gestes répétés. Dans ton futur métier, tu solliciteras notamment les épaules, le dos et les mains.

Préparer ton entraînement :
Commence par 5 à 10 minutes d'échauffement : marche active, mouvements doux des épaules, puis quelques répétitions faciles de tes exercices. Choisis une charge qui te permet de bouger correctement. L'objectif n'est pas de soulever le plus lourd possible.

Organiser les exercices :
Pour débuter, tu peux faire 2 séries de 8 à 12 répétitions par exercice, en prenant environ 1 à 2 minutes de repos entre les séries. Alterne les exercices pour les jambes, le dos, les bras et le centre du corps. Arrête une série si ta posture se dégrade.

Exemple de séance de 20 minutes :
Après 5 minutes d'échauffement, fais 2 séries de 10 levers de chaise, 2 séries de 8 pompes contre un mur et 2 séries de 10 tirages avec un élastique. Termine par quelques minutes de retour au calme. Adapte les exercices à ton niveau.

Exercice	Consigne simple	Intérêt au quotidien
Lever de chaise	Garde les pieds au sol et relève-toi sans à-coup.	Renforce les jambes.
Pompes contre un mur	Place les mains au mur et garde le corps aligné.	Fait travailler les bras et les épaules.
Tirage avec élastique	Ramène les coudes vers l'arrière sans hausser les épaules.	Sollicite le dos et aide à varier les mouvements.

2. Progresser sans abîmer ta santé :

Protéger ton corps :
Respire pendant l'effort, sans bloquer l'air, et réalise chaque mouvement de façon contrôlée. Bois selon la durée de l'activité et la chaleur. Selon l'Assurance Maladie, arrête l'exercice si tu ressens une douleur, un malaise ou une fatigue excessive.

Progresser à ton rythme :
Quand un exercice devient facile et reste bien maîtrisé, augmente légèrement les répétitions ou la difficulté, mais pas tout en même temps. Garde des temps de repos et

évite de t'entraîner intensément chaque jour. La régularité et une bonne technique comptent davantage qu'une performance ponctuelle.

Faire le lien avec les gestes du métier :
En atelier, tu peux rester penché sur un ouvrage ou répéter les mêmes gestes précis. La musculation ne remplace pas les pauses ni les ajustements de posture, mais elle peut contribuer à renforcer ton corps. Pense aussi à relâcher tes épaules et à changer de position.

Mini-cas pratique : préparer une séance équilibrée :
Sur une semaine, tu prévois 2 séances de 20 minutes, espacées d'au moins 1 jour. À chaque séance, tu fais 3 exercices, avec 2 séries de 8 à 10 répétitions. Livrable attendu : une fiche de suivi indiquant la date, les exercices, les séries et ton ressenti après l'effort.

Ta vérification avant, pendant et après :

- Prépare un espace dégagé et du matériel en bon état.
- Échauffe-toi 5 à 10 minutes avant les exercices.
- Choisis une difficulté qui te permet de garder une bonne posture.
- Arrête-toi en cas de douleur, de malaise ou de fatigue inhabituelle.
- Note tes exercices et laisse du repos entre les séances.

Ce qu'il faut retenir

La musculation renforce ton corps et facilite les gestes du quotidien. Pour t'entraîner en sécurité, privilégie une **charge adaptée**, une bonne technique et une progression graduelle.

- Échauffe-toi 5 à 10 minutes et varie les exercices.
- Commence par 2 séries de 8 à 12 répétitions, avec du repos.
- Respire pendant l'effort et arrête-toi en cas de douleur ou de malaise.

La **régularité et le repos** comptent plus que la performance. Adapte ta séance à ton niveau et garde une posture maîtrisée.

Prévention santé environnement

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, la PSE t'apprend à protéger ta santé, prévenir les risques en atelier et comprendre tes responsabilités envers l'environnement. Tu étudies aussi la consommation et les situations d'urgence.

Cette matière conduit à l'épreuve de Prévention santé environnement, de **coefficient 1**, notée sur 20. En examen final, l'écrit dure une heure.

En CCF, tu passes une évaluation pratique et orale de secourisme en première année, puis un **écrit de 50 minutes** en dernière année.

Conseil :
Je te conseille de réviser **15 minutes régulièrement**. Construis des fiches reliant chaque danger à ses conséquences et aux moyens de prévention. Prends un exemple d'atelier, comme l'utilisation d'un fer chaud pour façonner un chapeau.

Entraîne-toi à **justifier tes réponses** avec les documents proposés. Évite les formules vagues comme « faire attention ». Décris plutôt une mesure précise. Si tu hésites, reprends calmement la situation et souligne les informations utiles avant de répondre.

Table des matières

Chapitre 1 : Hygiène de vie, sexualité et prévention en santé ..... Aller
1. Prendre soin de ta santé au quotidien ..... Aller
2. Comprendre la sexualité et prévenir les risques ..... Aller
Chapitre 2 : Environnement : ressources, risques et nuisances ..... Aller
1. Préserver les ressources ..... Aller
2. Repérer les risques ..... Aller
3. Limiter les nuisances ..... Aller
Chapitre 3 : Droits au travail et suivi médical ..... Aller
1. Connaître tes droits au travail ..... Aller
2. Comprendre le suivi médical des salariés ..... Aller
Chapitre 4 : Prévenir les risques professionnels et secourir ..... Aller
1. Repérer les risques dans l'atelier ..... Aller
2. Travailler en sécurité au quotidien ..... Aller
3. Réagir face à un accident ..... Aller
Chapitre 5 : Budget, assurances et consommation ..... Aller
1. Préparer et suivre ton budget ..... Aller

2. Comprendre les assurances et agir ..... Aller

Chapitre 1 : Hygiène de vie, sexualité et prévention en santé

1. Prendre soin de ta santé au quotidien :

Des habitudes qui aident :
Une bonne hygiène de vie repose sur des habitudes simples : manger varié, boire de l'eau, dormir suffisamment et bouger régulièrement. Ça soutient ton énergie et ta concentration, utiles quand tu découpes, couds ou façonnes un chapeau avec précision.

Au travail et en formation :
En atelier, alterne les tâches quand tu le peux et fais une courte pause pour te dégourdir après une longue période assise ou penchée. Garde aussi ton espace rangé, éclaire bien ton poste et éloigne les boissons des outils et des tissus.

- Bois régulièrement, surtout si l'atelier est chaud.
- Lave-toi les mains avant de manger et après avoir manipulé des produits.
- Ne partage pas tes objets personnels, comme ta brosse à cheveux ou ta bouteille.
- Si une douleur ou une fatigue inhabituelle persiste, parles-en à un professionnel de santé.

Exemple d'organisation en atelier :
Tu as 3 heures de travail minutieux. Prépare ton poste avant de commencer, puis profite de chaque changement d'étape pour relâcher tes épaules et regarder au loin pendant quelques instants. Tu limites ainsi les tensions et reprends ton travail plus attentivement.

Repères pour agir :

Situation	Réflexe utile	Indicateur à surveiller
Tu restes longtemps penché	Redresse-toi et change de position	Tension dans le cou ou le dos
Tu as soif ou chaud	Bois et préviens ton responsable si le local est inconfortable	Maux de tête, fatigue ou malaise
Tu manipules un produit inhabituel	Lis l'étiquette et demande les consignes	Irritation, gêne respiratoire ou projection
Tu te sens mal	Arrête ton activité et avertis un adulte ou un responsable	Symptôme qui persiste ou s'aggrave

2. Comprendre la sexualité et prévenir les risques :

Respect, consentement et intimité :

La sexualité concerne le corps, les émotions, les relations et le respect de soi et des autres. Le consentement doit être libre, clair et donné sans pression. Chacun peut changer d'avis à tout moment, même si une relation a déjà commencé.

Contraception et infections :
Le préservatif réduit le risque de transmission de nombreuses infections sexuellement transmissibles et aide à éviter une grossesse. D'autres moyens de contraception existent. Pour choisir une méthode adaptée ou parler d'un risque, demande conseil à un médecin, une sage-femme ou un centre de santé sexuelle.

Demander de l'aide :
Si tu as une question, si tu as subi une pression ou si tu crains une infection ou une grossesse, ne reste pas seul. Parle à un professionnel de santé ou à un adulte de confiance. Les informations personnelles que tu partages doivent être traitées avec respect.

Exemple de prévention :
Après un rapport sans préservatif, tu t'inquiètes d'une infection ou d'une grossesse. Tu contactes rapidement un professionnel de santé ou un centre de santé sexuelle pour connaître les démarches adaptées à ta situation, plutôt que d'attendre l'apparition de symptômes.

Mini cas pratique :
En stage, une élève se coupe légèrement avec un outil et constate que la plaie saigne. Elle arrête son travail, pose l'outil en sécurité et prévient immédiatement son responsable. Celui-ci suit la procédure de l'atelier et sollicite les secours si la blessure paraît grave.

Livrable attendu :
Rédige une fiche de prévention d'une page, avec 4 rubriques : situation, risque, premier réflexe et personne à prévenir. Ajoute les coordonnées internes utiles et vérifie les consignes avec ton responsable de stage avant de les afficher.

Ce qu'il faut retenir

Adopte une **hygiène de vie équilibrée** et des réflexes de sécurité pour préserver ta santé en atelier.

- Bois de l'eau, mange varié, dors suffisamment et bouge régulièrement.
- Fais des pauses, change de posture, garde ton poste rangé et respecte les consignes liées aux produits.
- Le **consentement libre** peut être retiré à tout moment. Le préservatif réduit les risques d'IST et de grossesse.
- En cas de blessure, de malaise, de risque sexuel ou de question, avertis rapidement un responsable ou un **professionnel de santé**.

Ne reste pas seul face à un problème : demande de l’aide sans attendre et vérifie les consignes de prévention avec ton responsable.

Chapitre 2 : Environnement : ressources, risques et nuisances

1. Préserver les ressources :

Les ressources de l'atelier :
Dans ton métier, tu utilises des matières, de l'eau et de l'énergie. Le feutre, la paille, le tissu, le fil, la colle et les emballages sont des ressources. Les économiser limite le gaspillage et aide aussi à maîtriser les coûts de l'atelier.

Des gestes simples au quotidien :
Avant de couper, vérifie tes mesures et prépare un patron adapté. Range les chutes encore utilisables, ferme les pots de colle et éteins les appareils quand tu ne t'en sers plus. Ces gestes prennent peu de temps et évitent de jeter des matières ou de l'énergie.

- Trie les chutes réutilisables, les déchets ordinaires et les emballages selon les consignes de l'atelier.
- Utilise seulement la quantité nécessaire de colle, de teinture ou de produit d'entretien.
- Signale une fuite d'eau ou un appareil qui reste allumé inutilement.

Exemple de réduction des chutes :
Pour réaliser 1 chapeau, tu prévois 60 centimètres de tissu. Tu places d'abord les pièces du patron sur la matière avant de couper. Une chute propre de 15 centimètres peut servir à fabriquer une petite décoration ou à faire un essai de couture.

2. Repérer les risques :

Distinguer danger et risque :
Un danger peut provoquer une blessure ou rendre malade. Le risque dépend aussi de la situation et de ton exposition. Une paire de ciseaux présente un danger de coupure, surtout si elle traîne au bord de la table ou si tu te déplaces avec.

Adopter les bons réflexes :
Garde ton poste rangé, utilise chaque outil pour l'usage prévu et suis les consignes de l'enseignant ou de la personne responsable. Lis l'étiquette avant d'utiliser un produit, porte les protections prévues et préviens immédiatement si un outil est abîmé ou si tu te blesses.

Situation	Risque possible	Réflexe à adopter
Ciseaux ou aiguilles mal rangés	Coupure ou piqûre	Range-les après usage et transporte-les dans un contenant adapté.
Colle ou produit de teinture	Irritation ou exposition à des vapeurs	Lis l'étiquette, respecte les consignes et aère si cela est demandé.

Fer ou appareil de mise en forme chaud	Brûlure	Utilise l'appareil selon les consignes et signale toute anomalie.
Chutes ou fils au sol	Glissade ou chute	Dégage le passage et jette les déchets dans le bac prévu.

Ta check-list avant de commencer :

- Vérifie que ton plan de travail et le passage sont dégagés.
- Contrôle l'état de tes outils et du matériel électrique utilisé.
- Repère les consignes affichées pour les produits et les appareils.
- Prépare les protections demandées avant de commencer.
- Garde à portée de vue les consignes d'urgence de l'atelier.

3. Limiter les nuisances :

Comprendre les nuisances de l'atelier :
Une nuisance gêne le confort ou la santé, même si elle ne provoque pas forcément une blessure immédiate. Le bruit d'une machine, la poussière de certaines matières, une lumière insuffisante ou une odeur forte peuvent rendre le travail pénible.

Agir et alerter :
Utilise l'aspiration ou l'aération prévues par l'atelier, garde ton espace propre et ne masque jamais une ventilation. Si une odeur devient forte, si tu tousses ou si le bruit te gêne, arrête-toi et avertis l'enseignant ou la personne responsable.

Exemple de mini-cas en atelier :
Tu dois préparer 4 essais de décoration en feutre. Tu balaies la poussière avec une brosse prévue, dégages le plan de travail, puis vérifies que l'aération fonctionne. Si la poussière reste en suspension, tu interromps l'activité et préviens la personne responsable. Livrable attendu : 4 échantillons étiquetés et un poste propre, sans poussière visible.

Ce qu'il faut retenir

Dans l'atelier, tu préserves les ressources, préviens les accidents et limites les nuisances grâce à des gestes simples.

- Prépare tes découpes, réutilise les chutes et économise l'eau, l'énergie et les produits.
- Range ton poste, vérifie tes outils et respecte les consignes et protections pour réduire les **risques d'accident**.
- Maintiens l'espace propre et utilise l'aération ou l'aspiration prévues contre le bruit, la poussière et les odeurs.

Si tu constates une anomalie ou ressens une gêne, arrête-toi et préviens la personne responsable. Un atelier bien organisé protège ta santé et l'environnement.

Chapitre 3 : Droits au travail et suivi médical

1. Connaître tes droits au travail :

Les règles qui te protègent :
Quand tu travailles, ton contrat précise notamment ton poste, ta rémunération et ton temps de travail. Tu as aussi droit au respect des règles de sécurité, aux pauses et aux périodes de repos prévues. Ces repères t'aident à vérifier que tes conditions de travail sont correctes.

La santé et la sécurité au quotidien :
Ton employeur doit protéger ta santé et ta sécurité. De ton côté, tu dois suivre les consignes, utiliser correctement le matériel et signaler les dangers. Dans un atelier de chapellerie, cela concerne par exemple les ciseaux, les aiguilles, les fers, les colles et les produits de teinture.

Repérer les bons réflexes :
Si tu remarques un équipement abîmé, un câble endommagé ou une ventilation insuffisante, préviens ton responsable avant de continuer. Note précisément le lieu et le danger observé. Ne tente pas une réparation si tu n'as pas reçu la formation nécessaire.

Situation	Ton réflexe	Qui agit
Ciseaux ou outil endommagé	Arrête de l'utiliser et signale-le	Ton responsable organise le remplacement ou la réparation
Colle ou teinture mal identifiée	Ne l'utilise pas avant d'avoir vérifié les consignes	L'entreprise fournit les informations et protections nécessaires
Douleur au poignet ou irritation	Parle-en rapidement à ton responsable et au service de santé au travail	Le professionnel de santé peut conseiller des adaptations

Mini-cas de terrain :
En stage, tu dois préparer 12 formes de chapeaux. Après 4 pièces, tu remarques que le câble du fer est fendu. Tu poses l'outil en sécurité, tu préviens ta tutrice et tu indiques le poste concerné. Le travail reprend avec un fer vérifié.

Livrable attendu : une fiche de signalement indiquant la date, l'outil concerné, le danger repéré et la personne prévenue. Cette trace permet de suivre le problème et d'éviter qu'un autre membre de l'équipe utilise l'équipement abîmé.

2. Comprendre le suivi médical des salariés :

La visite d'information et de prévention :
La plupart des salariés bénéficient d'une visite d'information et de prévention, souvent appelée VIP. Elle sert à faire le point sur ta santé et à t'informer sur les risques de ton poste. Elle est organisée par l'employeur auprès du service de prévention et de santé au travail.

En règle générale, la première VIP a lieu dans les 3 mois suivant la prise de poste. Pour certains postes exposés à des risques particuliers, un suivi individuel renforcé s'applique, avec un examen médical d'aptitude avant l'affectation. La périodicité dépend ensuite de la situation et des décisions médicales.

Ton rôle et celui des professionnels :
Tu dois te rendre aux rendez-vous prévus et expliquer les difficultés liées au travail, sans minimiser tes symptômes. Le médecin du travail ou l'infirmier peut te conseiller et proposer des aménagements. Le médecin du travail ne remplace pas ton médecin traitant et ne prescrit pas d'arrêt maladie.

Quand tu reprends après un arrêt ?
La visite de reprise n'est pas obligatoire après chaque arrêt. Elle est notamment requise après un arrêt d'au moins 60 jours pour maladie ou accident non professionnel, d'au moins 30 jours après un accident du travail, après une maladie professionnelle ou un congé de maternité. Elle doit avoir lieu dans les 8 jours suivant la reprise.

Après un arrêt de plus de 30 jours, une visite de pré-reprise peut aussi aider à préparer le retour et à envisager des adaptations. Si tu as une gêne persistante, demande conseil au service de santé au travail plutôt que d'attendre que la douleur s'aggrave.

Check-list avant ou pendant ton poste :

- Vérifie que tu connais les consignes de sécurité liées aux outils et aux produits.
- Signale immédiatement un équipement défectueux ou un danger qui se répète.
- Note les douleurs ou irritations et le moment où elles apparaissent.
- Demande à ton responsable comment contacter le service de prévention et de santé au travail.
- Garde les informations utiles sur tes rendez-vous et tes éventuelles recommandations d'aménagement.

Exemple de préparation d'une visite :
Après 2 semaines de travail, tu ressens une gêne au poignet quand tu couds plusieurs garnitures à la suite. Avant ton rendez-vous, tu notes les tâches concernées, la durée approximative et les moments où la gêne apparaît. Tu peux alors décrire la situation clairement au professionnel de santé.

Livrable attendu : une note personnelle de 3 éléments, la tâche qui déclenche la gêne, le moment où elle apparaît et la question que tu souhaites poser. Elle t'aide à ne rien oublier pendant l'échange.

Ce qu'il faut retenir

Tu as droit à des conditions de travail sûres et dois contribuer à prévenir les risques. Le suivi médical t'informe et peut aider à adapter ton poste.

- Respecte les consignes et signale tout **équipement défectueux** ou danger, sans tenter de réparation non autorisée.
- La visite d'information et de prévention permet d'aborder les risques et tes difficultés avec un professionnel de santé.
- En cas de douleur ou d'irritation, note quand elle survient et contacte le responsable ou le service de santé au travail.
- Une visite de reprise est requise dans certaines situations d'arrêt, notamment après certains arrêts prolongés.

Prépare tes rendez-vous en décrivant les tâches concernées et tes symptômes. Signaler tôt un problème aide à protéger ta santé et celle de l'équipe.

Chapitre 4 : Prévenir les risques professionnels et secourir

1. Repérer les risques dans l'atelier :

Les dangers du métier :
Dans un atelier de chapellerie, tu manipules des aiguilles, des ciseaux, des machines à coudre, des fers et parfois des produits de finition. Une coupure, une brûlure ou une posture répétée peut provoquer un accident ou une douleur qui s'installe.

Observe avant de commencer :
Repère ce qui peut te blesser, te brûler ou te faire trébucher. Vérifie que les protections des machines sont en place, que les câbles ne traînent pas et que ton espace de travail est dégagé. Signale tout défaut à ton responsable.

Risques et réflexes utiles :

Risque	Exemple en atelier	Réflexe de prévention
Coupure ou piqûre	Aiguille, épingle ou ciseau mal rangé	Range les outils et garde les doigts à distance de l'aiguille.
Brûlure	Fer ou vapeur de mise en forme	Pose le fer sur son support et laisse-le refroidir à sa place.
Douleur liée à la posture	Travail prolongé tête penchée	Ajuste ta chaise et change régulièrement de position.
Chute ou glissade	Chutes de tissu ou câble au sol	Dégage le passage et nettoie rapidement tout liquide renversé.

Exemple de vérification du poste :
Avant une séance de couture de 30 minutes, tu vérifies la protection de la machine, dégages les chutes de tissu et règles ta chaise. Si tu repères un câble abîmé, tu arrêtes d'utiliser l'équipement et tu préviens ton responsable.

2. Travailler en sécurité au quotidien :

Avant et pendant le travail :
Utilise uniquement les machines et les outils que tu as appris à manier. Avant un réglage ou un nettoyage, arrête la machine et suis la consigne de l'atelier. Ne retire jamais une protection pour gagner quelques secondes. L'INRS rappelle que l'utilisation des machines doit être organisée pour prévenir les risques.

Protège ta santé :

Garde le dos aussi droit que possible, rapproche ton travail et éclaire bien la zone de couture. Alterne les tâches quand c'est possible et fais une courte pause si tu sens une gêne. Pour les produits de finition, lis l'étiquette et respecte les consignes données.

Check-list avant de commencer :

- Vérifie que ton espace est propre et dégagé.
- Contrôle que la machine et ses protections sont en bon état.
- Place tes outils à portée de main, sans les laisser au bord de la table.
- Règle ton siège et ton éclairage avant de commencer.
- Repère où se trouvent la trousse de secours et le moyen d'alerte.

Exemple de mini-cas en atelier :
Tu dois coudre 4 rubans sur un chapeau. Tu inspectes la machine, ajustes ton siège, puis arrêtes l'équipement avant de changer l'aiguille. Résultat attendu : les 4 rubans sont cousus sans incident. Livrable attendu : le chapeau terminé et une fiche de contrôle du poste indiquant 4 vérifications réalisées.

3. Réagir face à un accident :

Protège, alerte, secours :
Face à un accident, commence par vérifier qu'il n'y a pas de danger pour toi ou les autres. Ne déplace pas une machine dangereuse et n'expose pas un témoin à un risque supplémentaire. Alerte le responsable ou les secours, puis reste auprès de la victime. L'INRS décrit ces étapes dans la conduite à tenir du SST.

Donne une alerte claire :
Indique l'adresse de l'atelier, ce qui s'est passé, le nombre de personnes blessées et leur état apparent. Réponds aux questions et ne raccroche pas avant qu'on te le dise. En France, tu peux appeler le 112, le 18 pour les pompiers ou le 15 pour le Samu.

Adapte tes gestes à la situation :
Ne donne ni à boire ni à manger à une personne blessée. Pour une brûlure, éloigne la victime de la source de chaleur sans te mettre en danger et préviens immédiatement un adulte ou les secours. Pour une blessure grave, suis leurs consignes et évite de déplacer la victime, sauf danger immédiat.

Représentation visuelle



Vérification des équipements de sécurité avant utilisation

Exemple de réaction en cas de blessure :
Une camarade se coupe avec un outil et saigne beaucoup. Tu éloignes les autres outils, demandes à un collègue d'alerter le responsable et appelles les secours si la situation est grave. Tu restes près d'elle et transmets les faits clairement, sans improviser de geste risqué.

Ce qu'il faut retenir

Avant de travailler, repère les dangers et sécurise ton poste pour prévenir coupures, brûlures, chutes et douleurs.

- Vérifie les machines, leurs protections et l'état des outils.
- Garde l'espace dégagé et adopte une **posture adaptée**.
- Arrête la machine avant un réglage et respecte les consignes de sécurité.
- En cas d'accident, protège, alerte et reste auprès de la victime.

Donne aux secours une **alerte claire** et suis leurs instructions. N'interviens pas si cela te met en danger et ne déplace pas la victime, sauf danger immédiat.

Chapitre 5 : Budget, assurances et consommation

1. Préparer et suivre ton budget :

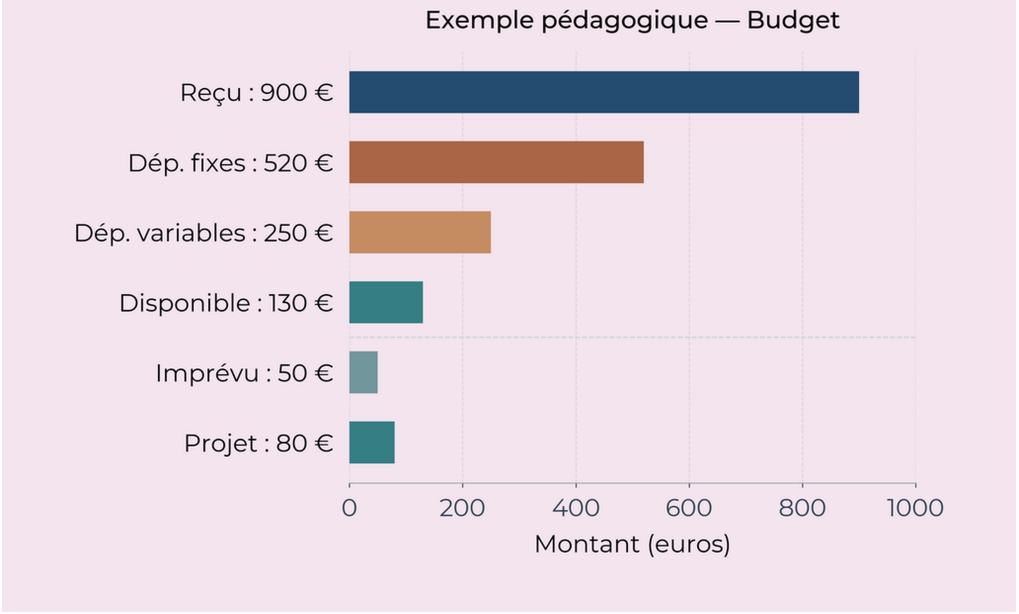
À quoi sert un budget :
Un budget te permet de comparer l'argent qui entre et celui qui sort. Tu vois ainsi ce qu'il te reste pour les dépenses courantes, les imprévus ou un projet. En atelier comme à la maison, cette habitude évite les achats décidés trop vite.

Calculer ton reste disponible :
Additionne d'abord tes revenus mensuels, par exemple ton salaire d'apprenti et une aide régulière. Soustrais ensuite les dépenses fixes, comme le transport ou le téléphone, puis les dépenses variables, comme les repas et les fournitures.

Le montant restant n'est pas forcément de l'argent à dépenser. Garde une part pour les imprévus et vérifie ton compte chaque semaine. Une petite dépense répétée peut finir par peser lourd dans ton budget du mois.

Exemple de budget mensuel :
Tu reçois 900 euros. Tes dépenses fixes sont de 520 euros et tes dépenses variables de 250 euros. Le calcul est 900 - 520 - 250 = 130 euros. Tu peux en réserver 50 pour un imprévu et garder 80 pour ton projet.

Graphique chiffré



Dépense ou besoin	Question à te poser	Réflexe utile

Fournitures	En ai-je vraiment besoin pour le cours ou l'atelier ?	Comparer les prix et vérifier le stock
Abonnement	Est-ce que je l'utilise chaque mois ?	Relire le prix et les conditions
Achat imprévu	Puis-je attendre 24 heures avant de décider ?	Vérifier le budget restant

Choisir avec attention :
Avant d'acheter, compare le prix, la qualité, la durée d'utilisation et les frais de livraison. Pour une matière ou un accessoire, vérifie aussi les consignes de ton enseignant ou de ton maître de stage. Acheter en double immobilise inutilement ton argent.

- Note tes achats pendant 1 mois pour repérer les dépenses qui reviennent souvent.
- Compare le prix à l'unité ou au mètre quand c'est possible.
- Évite de communiquer tes coordonnées bancaires sur un site que tu ne connais pas.

2. Comprendre les assurances et agir :

À quoi sert une assurance :
Une assurance peut prendre en charge certains dommages ou frais prévus au contrat. La responsabilité civile concerne les dommages que tu pourrais causer à quelqu'un. D'autres garanties peuvent couvrir tes affaires, selon les conditions souscrites.

Avant de signer, regarde ce qui est couvert, les exclusions, le montant de la franchise et les démarches à suivre après un sinistre. Ne suppose pas qu'un objet est assuré parce que tu as déjà un contrat pour le logement.

Les bons réflexes en atelier et en stage :
Si tu abîmes un outil, un vêtement ou une création, préviens tout de suite ton enseignant ou ton responsable de stage. Explique les faits sans rien cacher. Note la date, le lieu et les circonstances, puis suis les consignes reçues.

Ne reconnais pas seul une responsabilité et ne promets pas de payer avant d'en avoir parlé à l'adulte responsable. Les garanties applicables dépendent de la situation et du contrat. En cas de doute, demande à ton responsable de vérifier les démarches.

Exemple de mini-cas en stage :
Pendant une séance, tu accroches une pièce en feutre avec une paire de ciseaux et tu constates une déchirure de 4 centimètres. Tu arrêtes le geste, préviens ta tutrice, prends une photo avec son accord et note l'heure. Le livrable attendu est un compte rendu factuel d'une dizaine de lignes, remis à ta tutrice le jour même.

Ta check-list avant un achat ou après un incident :

- Vérifie le prix total, les frais et le budget disponible.
- Compare au moins 2 offres si l'achat est important.
- Lis les garanties et les exclusions du contrat.
- En cas de dommage, préviens rapidement l'adulte responsable.
- Note les faits et conserve les justificatifs utiles.

Le lien avec ton futur métier :
En atelier, tu manipules des outils, des matières et des créations qui peuvent avoir de la valeur. Bien gérer ton budget t'aide à acheter seulement ce qui est utile. Connaître les réflexes d'assurance t'aide à signaler un problème sans aggraver la situation.

Ce qu'il faut retenir

Un budget t'aide à suivre tes revenus et tes dépenses pour préserver une part pour les imprévus et tes projets. Avant un achat, évalue son utilité et compare les offres.

- Calcule ton **reste disponible** et vérifie régulièrement tes comptes.
- Compare le prix, la qualité et les conditions avant d'acheter.
- Lis les **garanties et exclusions** de ton contrat d'assurance.
- Après un dommage, préviens rapidement le responsable, note les faits et conserve les justificatifs.

Ces réflexes t'aident à mieux gérer ton argent et à réagir avec prudence en atelier ou en stage.

Analyse du modèle et patronnage

Présentation de la matière :
Dans le CAP Chapelier-modiste, tu apprends à analyser un chapeau, relever ses mesures et **construire son patron** en respectant les contraintes du modèle.

Cette matière contribue à l'épreuve Analyse et exploitation de données esthétiques et techniques, de **coefficient 5**. Tu passes un CCF dans les établissements habilités ou une épreuve écrite finale de 6 heures dans les autres cas.

L'évaluation comprend l'exploitation d'un dossier technique et le patronnage. Elle est notée sur 20, dont 5 points pour les arts appliqués.

Conseil :
Je te conseille de consacrer 20 minutes, 2 fois par semaine, au tracé d'un élément simple. Commence par repérer les pièces du chapeau, puis entraîne-toi à modifier un patron de base. Garde tes essais pour comparer tes progrès.

Avant de terminer, prends le temps de **vérifier tes mesures**, tes repères et les marges demandées. Si un tracé te résiste, reprends-le étape par étape, sans te décourager.

Table des matières

Chapitre 1 : Analyser la demande et le modèle ..... Aller
1. Comprendre la demande ..... Aller
2. Observer les données du modèle ..... Aller
Chapitre 2 : Prendre les mesures et définir le coiffant ..... Aller
1. Prendre les mesures de la tête ..... Aller
2. Définir le coiffant et contrôler l'ajustement ..... Aller
Chapitre 3 : Construire et transformer les patronnages ..... Aller
1. Préparer la construction du patron ..... Aller
2. Construire les pièces du patron ..... Aller
3. Transformer et tester le patron ..... Aller

Chapitre 1 : Analyser la demande et le modèle

1. Comprendre la demande :

Les informations à recueillir :
Avant de fabriquer un chapeau, tu dois comprendre ce que la personne attend. Repère l'usage prévu, l'occasion, la saison, le style souhaité, les couleurs et le budget. Ces éléments t'aident à proposer un modèle adapté, plutôt qu'un chapeau joli mais peu pratique.

Les questions utiles :
Pose des questions simples et note les réponses sans compter sur ta mémoire. Demande si le chapeau doit tenir longtemps, s'il sera porté dehors et si la personne a déjà une idée précise. Vérifie aussi le délai souhaité et les contraintes de confort.

Information	Question à poser	Pourquoi c'est utile
Usage	Pour quelle occasion ?	Choisir une forme adaptée.
Confort	Combien de temps sera-t-il porté ?	Éviter un modèle trop lourd ou serré.
Style	Quelles formes et couleurs préfères-tu ?	Orienter le choix du modèle.
Contraintes	Quel est le budget et le délai ?	Vérifier si le projet est réalisable.

Exemple de demande :
Une cliente cherche un chapeau pour un mariage en extérieur, prévu dans 3 semaines. Elle souhaite une forme légère, dans les tons bleu marine, avec un budget de 90 euros. Tu notes ces critères pour guider le choix du modèle et des matériaux.

2. Observer les données du modèle :

Les éléments à examiner :
Observe le dessin, la photo ou le chapeau de référence avant de tracer ou de préparer une fabrication. Repère la forme générale, les proportions, les matières, les couleurs, les garnitures et les détails d'assemblage. Une observation précise t'évite de partir sur une interprétation erronée.

Les mesures et les points à vérifier :
Relève les mesures disponibles, notamment le tour de tête, la hauteur de calotte et la largeur du bord. Compare-les au modèle et aux informations du client. Si une mesure manque ou semble incohérente, demande une vérification avant de préparer le patronnage.

Mini cas pratique :
Pour un chapeau d'été, tu reçois un croquis avec une calotte de 10 cm et un bord de 6 cm. Le tour de tête indiqué est de 56 cm. Tu vérifies ces données avec la personne, puis tu prépares une fiche claire avant de passer au patronnage.

Résultat attendu : une fiche de modèle indiquant l'usage, les mesures, la forme, les matières envisagées et les détails à confirmer. Dans ce cas, elle comporte 3 mesures et 2 choix à valider, la matière et la garniture.

Checklist avant de commencer :
Sur le terrain, prends 2 minutes pour vérifier les points essentiels. Cette petite habitude m'a souvent évité de refaire une fiche ou de reprendre un patron après avoir découvert une information oubliée.

À vérifier	C'est bon si…
Usage	L'occasion et la saison sont notées.
Style	La forme et les couleurs sont comprises.
Mesures	Les mesures utiles sont relevées et vérifiées.
Contraintes	Le budget et le délai sont connus.
Livrable	La fiche de demande est lisible et complète.

Ce qu'il faut retenir

Avant de fabriquer un chapeau, clarifie les attentes et examine soigneusement le modèle de référence.

- Note l'usage, l'occasion, la saison, le style, les couleurs, le **budget et le délai**, ainsi que les contraintes de confort.
- Observe la forme, les proportions, les matières, les couleurs et les détails d'assemblage.
- Relève et vérifie les mesures, notamment le tour de tête, la hauteur de calotte et la largeur du bord.
- Rassemble les informations dans une **fiche de modèle complète** et fais confirmer les éléments manquants.

Une demande bien comprise et des données vérifiées t'aident à choisir un modèle adapté et à éviter les erreurs de patronnage.

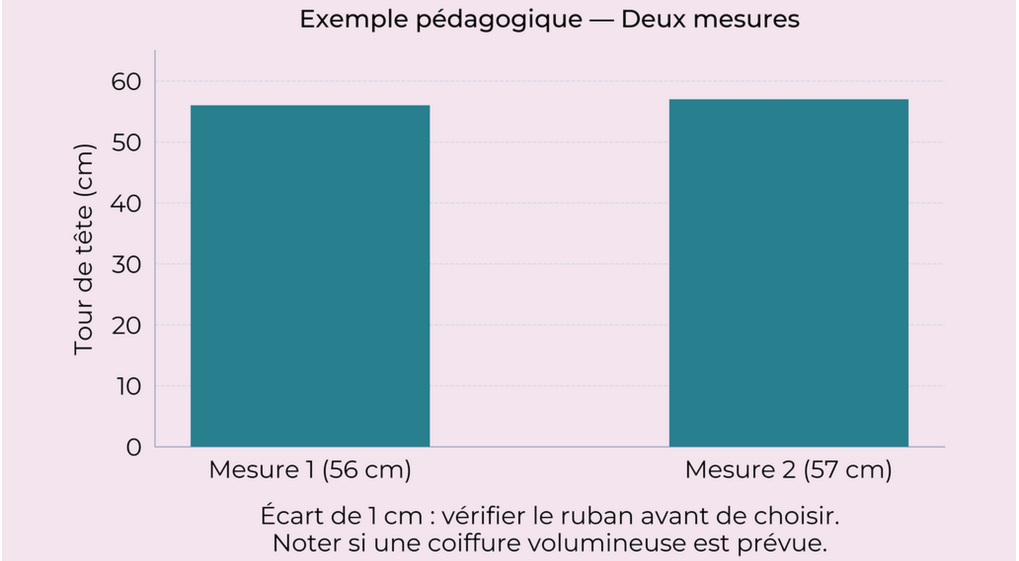
Chapitre 2 : Prendre les mesures et définir le coiffant

1. Prendre les mesures de la tête :

Le tour de tête :
Pour commencer, installe la personne confortablement et utilise un mètre ruban souple. Place-le autour de la tête, au niveau où le chapeau reposera, généralement au milieu du front et juste au-dessus des oreilles. Garde le ruban horizontal, sans serrer.

Des mesures fiables :
Prends la mesure 2 fois et note le résultat en centimètres. Si tu obtiens 56 cm puis 57 cm, vérifie le placement du ruban avant de choisir. Note aussi si la personne portera le chapeau sur une coiffure volumineuse, car cela peut modifier le confort.

Graphique chiffré



Exemple de prise de mesure :
Une cliente souhaite un chapeau porté sur cheveux attachés. Tu mesures son tour de tête 2 fois et obtiens 56 cm à chaque essai. Tu notes « tour de tête : 56 cm, cheveux attachés » sur la fiche de travail.

Mesure ou observation	Comment la relever	À quoi elle sert
Tour de tête	Ruban horizontal, sans serrer	Définir la taille d'entrée du chapeau

Forme de la tête	Observer l'ovale et les zones d'appui	Adapter le coiffant et éviter les points de gêne
Coiffure habituelle	Demander comment le chapeau sera porté	Prévoir le volume nécessaire

Repères pratiques :

- Vérifie que le mètre ne remonte pas derrière la tête.
- Ne serre pas le ruban, tu mesurerais trop petit.
- Inscris tout de suite la mesure et les conditions de prise.
- Ne confonds pas tour de tête et hauteur de calotte.

2. Définir le coiffant et contrôler l'ajustement :

Ce qu'on appelle le coiffant :
Le coiffant correspond à la façon dont le chapeau épouse la tête et tient en place. Il dépend de la taille, de la forme de l'entrée et de la position choisie. Un bon coiffant doit être stable et confortable, sans comprimer le front ni les tempes.

Relier les mesures au modèle :
Avant de tracer ou d'adapter un patron, repère où le modèle doit se poser et quelle partie de la tête il couvre. Un chapeau ajusté, un béret et un bibi ne se portent pas de la même façon. Le tour de tête seul ne décrit donc pas toute la forme.

Exemple de choix du coiffant :
Pour un chapeau qui repose bas sur le front, tu vérifies que l'entrée ne gêne pas les oreilles et que le bord ne glisse pas. Pour un bibi posé plus haut, tu prévois plutôt un maintien adapté à sa position, comme un peigne ou un élastique selon le modèle.

Mini cas pratique et livrable attendu :
Contexte : une cliente commande un chapeau de cérémonie pour une tête mesurée à 56 cm. Étapes : tu reprends la mesure, notes la coiffure prévue, repères la position du modèle, puis vérifies l'entrée sur une base ou une toile d'essai. Résultat : tu ajustes le patron avant la réalisation.

Livrable attendu : une fiche de mesures indiquant le tour de tête de 56 cm, la coiffure prévue, la position du chapeau, les points d'appui à contrôler et les ajustements retenus. Cette fiche évite les oublis entre la prise de mesures et le patronnage.

Check-list avant le patronnage :

- Le mètre ruban est horizontal et posé sans serrer.
- Le tour de tête a été vérifié 2 fois.
- La coiffure habituelle ou prévue est notée.
- La position du modèle sur la tête est définie.

- Les mesures et observations sont inscrites sur la fiche.

Ce qu'il faut retenir

Pour créer un chapeau confortable, relève les mesures avec soin et définis comment le modèle reposera sur la tête. Note chaque observation sur une fiche.

- Mesure le **tour de tête** deux fois avec un ruban horizontal, sans serrer.
- Tiens compte de la **coiffure prévue** et de la forme de la tête.
- Définis la position du modèle et ses points d'appui pour obtenir un **coiffant stable**, sans gêne.
- Vérifie l'ajustement sur une base ou une toile d'essai avant le patronnage.

Une fiche précise permet d'adapter le patron et de contrôler le confort lors de la réalisation.

Chapitre 3 : Construire et transformer les patronnages

1. Préparer la construction du patron :

Les informations à relever :
Avant de tracer, observe le modèle et note sa forme, ses proportions, ses matières et son usage. Pour un chapeau, repère notamment la calotte, le bord et les éventuels éléments décoratifs. Ces repères t'aident à découper le modèle en pièces à patronner.

Les mesures utiles :
Mesure le tour de tête à l'endroit où le chapeau sera porté, en gardant le mètre ruban horizontal. Note aussi les dimensions prévues pour la calotte et le bord. Inscris les mesures clairement sur ta fiche pour éviter les oublis.

Le patron doit tenir compte de la matière et de la méthode de montage. Repère les lignes de couture, les repères de raccord et les valeurs de couture demandées. Ne les ajoute pas toutes automatiquement, car certaines pièces peuvent se monter sans couture apparente.

Exemple de prise de mesures :
Pour un tour de tête de 56 cm, note la mesure sur la fiche sans la confondre avec la largeur du bord. Indique aussi la hauteur souhaitée de la calotte, par exemple 10 cm, si le modèle le demande.

2. Construire les pièces du patron :

Le tracé de base :
Trace chaque pièce à plat sur du papier à patron, avec une règle, une équerre et un crayon. Utilise des lignes nettes et identifie les contours, les lignes de montage et les éventuels plis. Un tracé propre se corrige et se transmet plus facilement à l'atelier.

Pour un chapeau, le patron peut comprendre le dessus de calotte, le côté de calotte et le bord. Leur forme dépend du modèle et de la technique de fabrication. Vérifie que les pièces à assembler ont des longueurs de couture compatibles avant de découper la matière.

Les indications à inscrire :
Sur chaque pièce, écris son nom, la matière prévue, le nombre de pièces à couper et les repères utiles. Ajoute le droit-fil lorsqu'il est nécessaire, ainsi que le numéro de version et la date. Ces informations évitent les erreurs quand plusieurs patrons sont sur la table.

La vérification des pièces :
Compare les lignes qui doivent se rejoindre, puis vérifie le tour de tête et les dimensions principales. Une différence oubliée peut créer un décalage au montage. À l'atelier, j'ai

appris à contrôler les mesures avant de couper, car le papier coûte moins cher que la matière.

Contrôle	À vérifier
Identification	Nom, matière et nombre de pièces à couper
Mesures	Tour de tête et dimensions prévues
Assemblage	Longueurs des lignes de couture à raccorder
Repères	Droit-fil, crans et lignes de montage utiles
Version	Date et numéro du patron

Exemple de construction :
Tu prépares le patron d'un chapeau composé de 3 pièces : un dessus, un côté et un bord. Tu nommes chaque pièce, notes le nombre à couper et mesures les lignes à assembler avant de réaliser un premier montage d'essai.

3. Transformer et tester le patron :

Les transformations possibles :
Transformer un patron, c'est modifier sa forme ou ses dimensions pour obtenir le modèle demandé. Tu peux, par exemple, élargir un bord, modifier la hauteur de la calotte ou changer son profil. Conserve toujours le patron de base pour pouvoir comparer les versions.

Trace la nouvelle ligne sans effacer l'ancienne. Indique clairement la partie modifiée et reporte les mesures nécessaires sur les pièces concernées. Cette méthode t'aide à comprendre l'effet de chaque changement et à revenir en arrière si le résultat ne convient pas.

Le contrôle par l'essai :
Avant de couper dans la matière définitive, réalise un essai dans un matériau adapté à la vérification. Assemble les pièces, observe la forme obtenue et compare-la au modèle. Corrige le patron si le bord, la calotte ou les raccords ne correspondent pas à l'effet recherché.

Le mini cas pratique :
Une cliente souhaite un modèle avec une calotte de 10 cm et un bord de 6 cm. Tu contrôles le patron de base, traces une nouvelle version avec ces dimensions, puis montes un essai. Si le bord ne tombe pas régulièrement, tu ajustes son tracé avant la coupe finale.

Représentation visuelle



Découpe précise des matériaux selon les patrons

Le livrable attendu est un patron corrigé et identifié, composé de toutes les pièces nécessaires, accompagné d'une fiche indiquant les mesures, la matière prévue et le nombre de pièces à couper. Note le résultat du montage d'essai et les corrections apportées.

Astuce de terrain :
Quand tu modifies une pièce, note la mesure avant et après transformation. Ce petit réflexe rend tes corrections plus fiables et permet à une autre personne de reprendre ton travail sans deviner ce que tu as changé.

Ce qu'il faut retenir

Avant de tracer, observe le modèle et relève ses dimensions, sa matière et son usage. Un patron clair et complet facilite la coupe et l'assemblage.

- Note le **tour de tête**, les dimensions des pièces et les valeurs de couture utiles.
- Identifie chaque pièce avec son nom, la matière, le nombre à couper, les repères et la version.
- Vérifie les **lignes d'assemblage** et conserve le patron de base avant toute transformation.
- Réalise un **montage d'essai**, corrige la forme, puis consigne les mesures et les modifications.

Tu obtiens ainsi un patron corrigé, vérifié et facile à reprendre avant la coupe définitive.

Connaissance des matières et des fournitures

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu apprends à reconnaître les feutres, pailles, tissus et garnitures. Tu étudies leur origine, leurs propriétés et leurs traitements pour **choisir les matériaux adaptés**.

Cette matière contribue à l'épreuve Analyse et exploitation de données esthétiques et techniques, de **coefficient 5**, sans coefficient autonome. Tu dois notamment justifier tes choix de fournitures.

L'évaluation se déroule en CCF pendant l'année civile de l'examen ou, en examen final, par une **épreuve écrite de 6 heures**, en fonction de ton statut.

Conseil :
Je te conseille de constituer un **carnet d'échantillons**. Pour chaque matière, note son nom, ses propriétés et son utilisation. Consacre 15 minutes par semaine à comparer 2 échantillons et à expliquer ton choix pour un chapeau.

En atelier, conserve une trace des essais réalisés avec ton enseignant. Ne te limite pas à l'apparence d'une fourniture. Si tu hésites, reprends tes observations et entraîne-toi à formuler une justification simple.

Table des matières

Chapitre 1 : Origines et propriétés des matières d'œuvre ..... Aller
1. Identifier l'origine des matières ..... Aller
2. Tester et préparer les matières ..... Aller
Chapitre 2 : Présentation et ennoblissement des matériaux ..... Aller
1. Reconnaître et présenter les matériaux ..... Aller
2. Comprendre l'ennoblissement ..... Aller
3. Préparer les matériaux pour le travail ..... Aller
Chapitre 3 : Fournitures et compatibilité des matériaux ..... Aller
1. Choisir des matériaux compatibles ..... Aller
2. Tester les fournitures avant l'assemblage ..... Aller
3. Organiser ton choix en atelier ..... Aller

Chapitre 1 : Origines et propriétés des matières d'œuvre

1. Identifier l'origine des matières :

Ce qu'on appelle matière d'œuvre :
La matière d'œuvre, c'est la matière principale que tu transformes pour fabriquer un chapeau. Tu peux aussi utiliser des fournitures, comme un ruban, une doublure, du fil ou une garniture. Bien les distinguer t'aide à choisir ce qu'il faut acheter et préparer.

Les grandes familles de matières :
Les matières peuvent être d'origine animale, végétale ou chimique. En chapellerie, tu rencontreras surtout le feutre de laine ou de poil, la paille et les tissus. Certains matériaux sont naturels, d'autres sont fabriqués ou transformés à partir de fibres.

- Les matières animales comprennent la laine et certains poils, utilisés notamment pour fabriquer du feutre.
- Les matières végétales comprennent les pailles et les fibres de coton, selon leur forme et leur usage.
- Les matières chimiques comprennent les fibres artificielles ou synthétiques, parfois présentes dans les tissus, les rubans et les doublures.

Repérer les propriétés utiles :
Avant de choisir une matière, observe son épaisseur, sa souplesse, son poids, son tissage ou son assemblage. Demande-toi aussi si elle supporte la mise en forme, la vapeur, la couture ou le repassage. Une matière adaptée facilite le travail et aide le chapeau à garder sa forme.

Matière	Origine ou forme	À observer	Usage possible
Feutre de laine ou de poil	Fibres animales assemblées	Épaisseur, souplesse, tenue	Forme de chapeau moulée
Paille	Fibres végétales tressées ou assemblées	Fragilité, régularité, souplesse	Canotier ou capeline
Tissu	Fibres tissées ou tricotées	Sens du tissu, épaisseur, stabilité	Garniture, doublure ou chapeau souple

Exemple de choix de matière :
Tu prépares une capeline à bord souple. Tu compares 2 échantillons de tissu et tu en choisis un qui se plie sans marquer. Tu notes son nom, son origine connue, sa largeur et les essais réalisés. Ce relevé évite de commander une matière inadaptée.

2. Tester et préparer les matières :

Faire des essais simples :

Une étiquette ne suffit pas toujours à savoir comment une matière réagit. Sur une chute, vérifie son tombé, sa résistance à la couture et sa réaction à une légère humidité ou à la chaleur, uniquement si ces gestes sont adaptés à la matière.

Préparer avant de couper :
Regarde les défauts, les différences de couleur et le sens du tissu ou du tressage. Repère aussi l'endroit et l'envers. Pour la paille, manipule doucement les zones fragiles. Une coupe mal orientée ou une fibre cassée peut gâcher une pièce difficile à remplacer.

Check-list avant fabrication :
Je te conseille de prendre 2 minutes pour vérifier ces points avant de couper. C'est un petit réflexe de stage qui évite bien des reprises.

À vérifier	Action
Identification	Note le nom et l'origine connue de la matière.
État	Repère les taches, trous, cassures ou irrégularités.
Comportement	Teste une chute avant toute mise en forme ou couture.
Sens et quantité	Repère le sens et vérifie que tu as assez de matière.
Traçabilité	Garde une étiquette ou une fiche avec l'échantillon.

Mini cas pratique :
Pour réaliser un petit chapeau en tissu, tu disposes de 30 cm de matière et de 2 échantillons. En 10 minutes, tu examines les défauts, compares la tenue et testes une couture sur une chute. Tu choisis l'échantillon le plus stable et notes ton choix.

Livrable attendu : une fiche matière d'une page avec le nom ou la référence, l'origine si elle est connue, les propriétés observées, le résultat du test et la quantité disponible. Ainsi, une autre personne peut comprendre ton choix et reprendre le travail.

Exemple d'erreur fréquente :
Tu coupes directement dans la matière principale sans essai, puis le tissu glisse sous le pied de la machine. La couture se déforme et la pièce devient trop petite. Garde une chute pour les tests et règle la machine avant de commencer l'ouvrage.

Ce qu'il faut retenir

La matière d'œuvre est la matière principale transformée pour fabriquer un chapeau. Distingue-la des fournitures et choisis-la selon ses propriétés et l'usage prévu.

- Les matières peuvent être **d'origine animale, végétale ou chimique** : feutre, paille ou tissu, par exemple.
- Observe l'épaisseur, la souplesse, le poids, le sens et la tenue de la matière.
- Teste une chute avant de couper ou de travailler à la vapeur, à la chaleur ou à la machine.
- Repère les défauts, vérifie la quantité et conserve une fiche avec tes observations.

Une préparation soigneuse t'aide à éviter les erreurs et à justifier ton choix. Garde une chute pour les essais avant de travailler la matière principale.

Chapitre 2 : Présentation et ennoblissement des matériaux

1. Reconnaître et présenter les matériaux :

Les matières utilisées :
Pour choisir une matière, observe son aspect, son toucher, son poids et sa tenue. En chapellerie, tu peux travailler le feutre, la paille, le tissu ou des matières synthétiques. Chacune réagit différemment à la chaleur, à l'humidité et au moulage.

Les critères d'observation :
Avant de couper, repère le sens du matériau, son épaisseur, sa souplesse et ses éventuels défauts. Vérifie aussi sa couleur sur les deux faces. Ces observations t'aident à prévoir le rendu et à éviter une mauvaise surprise pendant la mise en forme.

Matériau	À observer	Précaution utile
Feutre	Épaisseur, souplesse, régularité	Tester la vapeur sur une chute
Paille ou tresse	Sens, largeur, fragilité	Éviter de tirer brusquement
Tissu	Droit-fil, envers, motifs	Prévoir le placement avant la coupe

Exemple de présentation :
Tu prépares une fiche pour un feutre de laine bleu. Tu notes sa couleur, son épaisseur, son toucher et le résultat d'un essai vapeur sur une chute de 5 cm. Ta fiche aide l'équipe à choisir la forme et les réglages adaptés.

2. Comprendre l'ennoblissement :

Le principe :
L'ennoblissement regroupe les traitements qui modifient l'apparence ou certaines propriétés d'un matériau. Il peut intervenir avant la fabrication ou pendant la préparation de la matière. En atelier, tu dois surtout identifier le traitement et vérifier qu'il convient au projet.

Les principaux procédés :
La teinture change la couleur, l'impression ajoute un motif, et l'apprêt peut modifier la tenue ou l'aspect de la surface. Le brossage, le lustrage ou un effet de relief changent aussi le rendu. Un traitement ne convient pas forcément à toutes les matières.

Les essais avant traitement :
Teste toujours le procédé sur une chute, surtout si tu ne connais pas la réaction de la matière. Observe la couleur, la déformation et la tenue après séchage. Je conseille de noter le produit utilisé et le résultat, car la mémoire ne suffit pas en atelier.

Exemple d'essai de teinture :

Sur une chute de tissu de 10 cm, tu appliques une petite quantité de teinture selon les consignes du produit. Après séchage, tu compares la couleur à l'échantillon souhaité et tu vérifies que le tissu reste assez souple pour être travaillé.

3. Préparer les matériaux pour le travail :

Le contrôle avant fabrication :
Avant de commencer, vérifie que la matière est propre, sans défaut gênant et assez grande pour le patron ou la forme prévue. Contrôle aussi les fournitures associées, comme le ruban, la doublure ou le fil, afin d'éviter des différences visibles.

La check-list d'atelier :
Cette vérification rapide m'a souvent évité de couper trop tôt. Prends 2 minutes pour contrôler ces 5 points, puis prépare ton poste de travail proprement.

- Identifie le matériau et sa face visible.
- Repère les défauts et le sens de la matière.
- Compare les couleurs avec les fournitures prévues.
- Teste la vapeur, la chaleur ou le traitement sur une chute.
- Note le résultat et range les échantillons identifiés.

Mini cas concret :
Tu dois préparer une capeline en feutre de 30 cm de diamètre. Examine le feutre, repère une zone irrégulière, puis réalise un essai vapeur sur une chute de 5 cm. Si la matière garde une tenue régulière, prépare la mise en forme et consigne tes observations sur la fiche matière.

Livrable attendu :
Remets une fiche matière d'une page avec le nom du matériau, sa couleur, ses caractéristiques, le résultat de l'essai et une indication de son usage prévu. Ajoute un échantillon identifié d'environ 5 cm pour que l'équipe puisse le comparer au matériau réel.

Le référentiel du CAP prévoit notamment l'étude des procédés de teinture, d'impression et d'ennoblissement. La préparation des matériaux peut concerner le feutre, la paille et les tissus utilisés en chapellerie.

Ce qu'il faut retenir

Avant de travailler un matériau, observe ses caractéristiques et vérifie qu'il convient au projet. Les traitements d'ennoblissement changent son apparence ou ses propriétés.

- Examine le **sens et l'épaisseur**, la souplesse, la couleur et les défauts.

- Identifie les traitements possibles : teinture, impression, apprêt, brossage ou lustrage.
- Teste chaleur, vapeur ou traitement sur une chute, puis observe le résultat après séchage.
- Consigne tes observations dans une fiche matière et conserve un échantillon identifié.

Une préparation rigoureuse t'aide à choisir les bons réglages et à éviter les mauvaises surprises pendant la fabrication.

Chapitre 3 : Fournitures et compatibilité des matériaux

1. Choisir des matériaux compatibles :

Le rôle des fournitures :
Pour créer un chapeau, tu associes une matière principale à des fournitures qui la renforcent ou la décorent. Le choix dépend de la forme, du confort recherché et de la manière dont tu vas assembler les pièces.

Les questions à te poser :
Avant de couper, vérifie si les matières supportent les mêmes gestes. Demande-toi si elles peuvent être cousues, collées ou repassées sans se déformer. Pense aussi à leur épaisseur, leur souplesse et leur poids.

Élément	À vérifier	Exemple de vigilance
Matière principale	Tenue et épaisseur	Un feutre épais demande une aiguille adaptée.
Doublure	Souplesse et confort	Une doublure trop raide peut gêner au porter.
Garniture	Poids et fixation	Une décoration lourde peut tirer sur le tissu.

Exemple de choix de matériaux :
Pour un chapeau en feutre, tu peux prévoir un fil solide, une doublure légère et un ruban souple. Si le ruban est trop rigide, il risque de plisser autour de la calotte. Teste son comportement sur une petite chute avant de le poser.

2. Tester les fournitures avant l'assemblage :

Les fournitures à contrôler :
Le fil, l'aiguille, les renforts, les rubans et les produits de fixation influencent le résultat. Vérifie que l'aiguille traverse la matière sans l'abîmer et que le fil ne casse pas lorsque tu tires doucement dessus.

Le test sur une chute :
Avant de travailler sur la pièce définitive, fais un essai avec les mêmes couches que celles du chapeau. Observe le rendu après couture, collage ou repassage. Ce petit test prend quelques minutes et peut éviter de devoir refaire une pièce.

- Choisis une chute représentative des matériaux utilisés.
- Teste la couture avec le fil et l'aiguille prévus.
- Vérifie l'adhérence et l'absence de trace si tu utilises une colle.
- Note le résultat avant de passer à l'assemblage.

Exemple de test de fixation :
Tu veux fixer un ruban sur une calotte en feutre. Sur une chute, essaie d'abord quelques points de couture. Si tu testes aussi une colle, laisse sécher selon les indications du produit et vérifie ensuite que le ruban tient sans marque visible.

3. Organiser ton choix en atelier :

La vérification avant de commencer :
Sur le terrain, une fourniture oubliée peut ralentir tout ton travail. Avant de couper, rassemble les matériaux et vérifie leur compatibilité. Garde aussi les références ou les échantillons à portée de main, surtout si plusieurs rubans ou doublures se ressemblent.

Ta check-list opérationnelle :

Étape	Action à faire
1	Repère la matière principale et les fournitures nécessaires.
2	Compare épaisseur, souplesse et poids des éléments.
3	Teste couture, collage ou repassage sur une chute.
4	Note les fournitures retenues et le résultat du test.

Mini cas pratique et livrable attendu :
Tu prépares une calotte en feutre avec une doublure et un ruban. En 15 minutes, compare 2 rubans sur des chutes, teste leur fixation par couture et observe leur tenue. Note ton choix dans une fiche de matériaux avec le nom des fournitures et le résultat obtenu.

Astuce d'atelier :
Ne choisis pas une fourniture uniquement parce qu'elle est jolie. J'ai déjà vu un ruban trop lourd déformer une garniture bien montée. Vérifie d'abord sa tenue et son poids, puis décide s'il convient au modèle.

Ce qu'il faut retenir

Pour réussir ton chapeau, choisis des fournitures adaptées à la matière, à la forme et au confort recherchés. Vérifie leur **épaisseur, souplesse et poids** avant de commencer.

- Assure-toi que les matériaux supportent la couture, le collage ou le repassage envisagé.
- Teste fil, aiguille, ruban et fixation sur une chute représentative.
- Note les fournitures retenues et le résultat de chaque essai.

Ces vérifications évitent d'abîmer ou de déformer les pièces. Privilégie la **compatibilité des matériaux** et la tenue plutôt que l'apparence seule.

Matériels et organisation de l'atelier

Présentation de la matière :
Dans le CAP Chapelier-modiste, tu apprends à choisir, régler et entretenir les machines et le matériel de moulage. Tu organises ton **poste de travail** en respectant la sécurité et l'ergonomie. Cette matière n'a pas d'épreuve indépendante.

Elle contribue notamment à l'épreuve pratique « Mise en œuvre de la réalisation de tout ou partie d'un ou plusieurs produits », de **coefficient 10**. L'évaluation comprend 2 situations en CCF durant l'année civile de l'examen, ou un examen final pratique de **20 heures**, suivant ton statut.

Conseil :
Je te conseille de consacrer **5 minutes**, avant chaque séance, à préparer tes outils et à relire les consignes. Crée une fiche par matériel avec son usage, ses réglages et les précautions à prendre. Complète-la avec ton enseignant.

Entraîne-toi à expliquer tes choix pendant une réalisation. Note les difficultés rencontrées et demande une démonstration si nécessaire. Ne cherche pas immédiatement la vitesse. Privilégie des **gestes sûrs et précis**, puis gagne progressivement en autonomie.

Table des matières

Chapitre 1 : Organiser l'atelier et sécuriser les postes ..... Aller
1. Organiser ton espace de travail ..... Aller
2. Sécuriser les postes et les outils ..... Aller
Chapitre 2 : Choisir et régler les matériels de fabrication ..... Aller
1. Choisir le matériel adapté ..... Aller
2. Régler et contrôler le matériel ..... Aller
Chapitre 3 : Utiliser et protéger les formes de moulage ..... Aller
1. Choisir et utiliser une forme ..... Aller
2. Protéger et ranger les formes ..... Aller
3. Organiser le travail autour des formes ..... Aller
Chapitre 4 : Assurer l'entretien et la maintenance courante ..... Aller
1. Entretenir ton matériel ..... Aller
2. Vérifier et signaler les anomalies ..... Aller
3. Organiser la maintenance de l'atelier ..... Aller

Chapitre 1 : Organiser l'atelier et sécuriser les postes

1. Organiser ton espace de travail :

Préparer le poste :
Avant de commencer, vérifie que ton poste est propre, stable et assez éclairé. Garde près de toi uniquement le matériel nécessaire à l'étape en cours. Un espace dégagé évite de perdre du temps et limite les gestes brusques.

Ranger le matériel :
Place les outils à portée de main, mais sans encombrer la zone de travail. Range les épingles et les aiguilles dans une boîte ou un pique-épingles. Sépare les tissus, les patrons et les fournitures pour les retrouver facilement.

- Pose les ciseaux à plat, dans un endroit visible.
- Éloigne les boissons et la nourriture du matériel.
- Garde les passages libres autour des tables.

Exemple de préparation d'un poste :
Tu dois préparer une garniture pour un chapeau. Tu disposes le tissu, le patron, les ciseaux et les épingles sur ta table, puis tu ranges le reste. Tu peux ainsi travailler sans chercher tes outils à chaque étape.

2. Sécuriser les postes et les outils :

Repérer les risques :
Dans un atelier de chapellerie, les risques viennent notamment des outils pointus ou coupants, des machines et des câbles au sol. Prends quelques secondes pour repérer ce qui pourrait te blesser ou gêner tes mouvements avant de commencer.

Représentation visuelle



Assemblage de pièces de tissu à la machine à coudre

Adopter les bons gestes :
Utilise chaque outil pour son usage prévu et pose-le dès que tu ne t'en sers plus. Quand tu manipules une machine, vérifie que tu connais son fonctionnement et respecte les consignes données par ton enseignant.

À vérifier	Le bon réflexe
La table	La garder propre et dégagée.
Les ciseaux	Les poser à plat après usage.
Les aiguilles et les épingles	Les ranger dans un contenant adapté.
Les câbles	Les maintenir hors des passages.
La machine	Suivre les consignes avant de l'utiliser.

Exemple de vérification avant une opération :
Tu dois coudre une pièce de tissu à la machine. Avant de commencer, tu vérifies que ton espace est libre, que le câble ne traverse pas le passage et que tu as reçu les consignes d'utilisation. Le livrable attendu est un poste prêt et sécurisé, avec les fournitures nécessaires rangées à leur place.

Ta check-list avant de commencer :

- Vérifie que ta table est stable et dégagée.

- Prépare uniquement les outils utiles à ton travail.
- Range les objets pointus dès que tu ne les utilises plus.
- Libère les passages et repère les câbles au sol.
- Demande une explication si tu ne connais pas une machine.

Ce qu'il faut retenir

Avant de travailler, prépare un poste propre, stable et bien éclairé. Garde uniquement le matériel utile à portée de main pour éviter l'encombrement et les gestes brusques.

- Range les aiguilles et les épingles dans un contenant adapté, et pose les ciseaux à plat.
- Éloigne nourriture et boissons, puis garde les passages libres et les câbles hors du sol.
- Repère les risques et utilise chaque outil selon son usage.
- Avant d'utiliser une machine, assure-toi d'en connaître le fonctionnement et de respecter les consignes.

Un **poste dégagé et organisé** te permet de travailler plus efficacement. En prenant ces précautions, tu réduis les risques d'accident et peux commencer en toute sécurité.

Chapitre 2 : Choisir et régler les matériels de fabrication

1. Choisir le matériel adapté :

Repérer les besoins :
Avant de prendre un outil, observe la matière, la forme du chapeau et l'opération à réaliser. Le bon matériel t'aide à travailler avec précision, sans déformer la matière ni perdre de temps.

Pour façonner un chapeau, tu peux utiliser, selon les étapes, un moule ou une forme, un fer à repasser, une machine à coudre, des ciseaux, des épingles et des outils de mesure. Vérifie que chaque outil convient à la matière et à la finition recherchée.

Vérifier l'état et la compatibilité :
Avant de commencer, contrôle que le matériel est propre, stable et en bon état. Une aiguille abîmée peut tirer les fils, tandis qu'un fer trop chaud peut lustrer ou brûler une matière délicate.

Choisis aussi des outils adaptés à ta taille de pièce et à ton poste. Une forme trop petite, par exemple, risque de marquer la calotte au lieu de lui donner le volume attendu.

Exemple de choix du matériel :
Tu dois mettre en forme une calotte en feutre. Tu prépares une forme de la bonne taille, des épingles et un fer réglable. Tu évites de poser directement le fer sur le feutre, afin de limiter les marques et l'écrasement.

2. Régler et contrôler le matériel :

Faire des réglages progressifs :
Régle chaque appareil en fonction de la matière et des consignes de l'atelier. Pour un fer, commence par une température basse si tu n'es pas sûr, puis fais un essai sur une chute avant de travailler sur la pièce.

Sur une machine à coudre, vérifie notamment l'aiguille, le fil, la longueur du point et la tension. Fais quelques points sur une chute du même tissu. Si le fil casse ou si le tissu fronce, arrête-toi et corrige le réglage.

Suivre une routine de contrôle :
Prends quelques secondes pour vérifier ton poste avant chaque opération. Ces contrôles simples évitent les défauts et t'aident à travailler en sécurité. Garde les outils inutilisés à leur place pour ne pas encombrer ton plan de travail.

Contrôle	À vérifier	Pourquoi
Machine à coudre	Aiguille, fil et point sur une chute	Éviter les points irréguliers

Fer	Température et état de la semelle	Limiter les marques et brûlures
Forme	Taille, stabilité et propreté	Obtenir un volume régulier
Outils de coupe	Lames propres et bien affûtées	Couper sans tirer la matière

Exemple de mise en situation :
En atelier, tu dois coudre un ruban de 60 cm sur un chapeau. Tu vérifies l'aiguille et la tension, puis tu testes le point sur une chute pendant environ 10 secondes. Tu couds ensuite le ruban et contrôles que la couture reste régulière. Le livrable attendu est un chapeau avec le ruban fixé sans plis ni fils tirés.

Ce qu'il faut retenir

Choisis tes outils selon la matière, la forme du chapeau et l'opération. Un matériel adapté et en bon état favorise une fabrication précise et sûre.

- Vérifie la **propreté et la stabilité** des formes, outils de coupe et appareils.
- Règle le fer et la machine selon la matière, puis teste-les sur une chute.
- Contrôle aiguille, fil, tension et longueur du point pour éviter défauts et plis.

Procède progressivement et garde ton poste ordonné. Ces vérifications limitent les dommages et t'aident à obtenir une finition régulière.

Chapitre 3 : Utiliser et protéger les formes de moulage

1. Choisir et utiliser une forme :

Rôle de la forme :
La forme de moulage sert de support pour façonner le chapeau. Elle donne au matériau son volume et sa silhouette. Avant de commencer, vérifie qu'elle correspond bien au modèle demandé et qu'elle est stable sur son support.

Préparation du poste :
Installe la forme sur une surface dégagée et à une hauteur confortable. Repère le devant, l'arrière et l'axe du modèle. Cette vérification t'aide à placer le tissu correctement et à éviter un moulage de travers.

Exemple de préparation :
Tu dois mouler une calotte sur une forme de 56 cm. Tu vérifies la taille, repères le devant avec une petite marque amovible et stabilises le support avant de tendre le matériau.

À vérifier	Pourquoi c'est utile
La taille et la silhouette	Pour obtenir le volume attendu
La stabilité du support	Pour travailler sans déplacement
L'état de la surface	Pour éviter les marques sur le matériau

2. Protéger et ranger les formes :

Gestes de protection :
Une forme peut s'abîmer si elle tombe, prend l'humidité ou reçoit un coup d'outil. Manipule-la avec les 2 mains et pose-la sur un support adapté. Évite d'y laisser des épingles ou des accessoires qui pourraient la rayer.

Nettoyage et rangement :
Après utilisation, retire les résidus avec une brosse douce ou un chiffon sec, selon la matière de la forme. Range-la dans un endroit propre et sec, sans empiler d'objets dessus. Une forme bien entretenue reste précise plus longtemps.

Astuce de rangement :
Au début, je notais la référence et la taille sur une étiquette posée près de chaque forme. Ça évite de perdre du temps à tout mesurer et limite les manipulations inutiles, surtout quand l'atelier est partagé.

3. Organiser le travail autour des formes :

Repérage et suivi :
Attribue à chaque forme une place identifiable et note son état avant de l'utiliser. Si tu repères une fissure, une déformation ou une salissure tenace, signale-le avant le moulage. Tu évites ainsi d'abîmer ton ouvrage ou de choisir le mauvais support.

Exemple de suivi d'une forme :
Pour une commande de 3 chapeaux, tu sélectionnes une forme de 56 cm, vérifies sa surface, puis réalises un essai sur une chute. Tu ranges ensuite la forme à sa place. Livrable attendu : une fiche de suivi indiquant la référence, la taille et l'état.

Check-list avant et après usage :
Garde ces 5 vérifications sous les yeux pendant ton travail. Elles prennent peu de temps et t'aident à conserver des formes fiables, prêtes pour le prochain moulage.

- Vérifie la référence et la taille de la forme.
- Contrôle sa stabilité avant de tendre le matériau.
- Protège la surface des chocs et des outils.
- Retire les résidus après le moulage.
- Range la forme dans son emplacement identifié.

Ce qu'il faut retenir

Choisis une forme adaptée au modèle et vérifie son état avant de commencer. Une préparation précise garantit un moulage régulier et protège ton ouvrage.

- Contrôle la **taille et la silhouette**, la surface et la stabilité du support.
- Manipule la forme avec soin, à deux mains, et protège-la des chocs, de l'humidité et des outils.
- Après usage, nettoie-la doucement et range-la au sec, à son emplacement identifié.
- Note sa référence, sa taille et tout défaut constaté pour faciliter le suivi.

Un entretien régulier préserve la précision des formes et les rend fiables pour tes prochains moulages.

Chapitre 4 : Assurer l'entretien et la maintenance courante

1. Entretenir ton matériel :

Pourquoi entretenir ?
Un matériel propre et bien rangé travaille mieux et dure plus longtemps. En atelier, j'ai vite compris qu'un peu d'entretien régulier évite bien des soucis, comme une machine qui s'encrasse ou un outil qui abîme une matière délicate.

Nettoyage après usage :
Après chaque travail, retire les poussières et les résidus avec la méthode adaptée au matériel. Débranche les appareils avant de les nettoyer et suis les consignes de leur fabricant. Évite l'eau sur les éléments électriques et les produits agressifs sur les surfaces fragiles.

Exemple de nettoyage :
Après une séance de mise en forme, tu enlèves les fibres et la poussière de ta table avec une brosse douce. Tu ranges ensuite tes ciseaux fermés dans leur emplacement pour protéger les lames et éviter une coupure.

Rangement et protection :
Range chaque outil à sa place, sans le laisser sous un tissu ou au bord d'une table. Un rangement visible te permet de repérer rapidement un outil manquant. Il limite aussi les chutes, les pertes et les accidents.

2. Vérifier et signaler les anomalies :

Contrôles courants :
Avant de commencer, vérifie que ton poste est stable et que le matériel ne présente pas de défaut visible. Regarde les câbles, les prises, les protections et les fixations. Si une anomalie te semble dangereuse, n'utilise pas l'appareil.

Petite maintenance et limites :
Tu peux effectuer les gestes simples prévus par le fabricant, comme dépoussiérer une machine ou remplacer un consommable adapté. Ne démonte pas un appareil et ne touche pas aux branchements électriques si tu n'y es pas autorisé. Demande conseil à ton enseignant ou à ton responsable.

Que noter en cas de problème ?
Décris le matériel concerné, le défaut observé et le moment où tu l'as remarqué. Indique aussi si tu as cessé de l'utiliser. Ces informations aident la personne responsable à intervenir sans devoir rechercher ce qui s'est passé.

À vérifier	Action à prendre

Câble abîmé	Ne pas utiliser et prévenir le responsable
Outil desserré	Le mettre de côté et demander une vérification
Résidus sur le poste	Nettoyer avec la méthode adaptée
Protection manquante	Arrêter l'utilisation et signaler le problème

Check-list de fin de poste :

- Débranche les appareils si les consignes le demandent.
- Nettoie les outils et retire les résidus.
- Vérifie qu'aucun défaut n'est apparu pendant l'utilisation.
- Range le matériel à son emplacement habituel.
- Signale tout problème à la personne responsable.

3. Organiser la maintenance de l'atelier :

Suivre les consignes :
La fréquence d'entretien dépend du matériel, de son usage et des instructions du fabricant. Note les vérifications réalisées sur le support prévu dans l'atelier. Cette trace évite les oublis et permet à l'équipe de savoir quand un contrôle a été effectué.

Mini cas concret :
En fin de semaine, tu repères de la poussière autour d'une machine utilisée pour les travaux d'atelier. Tu arrêtes l'appareil, appliques uniquement le nettoyage autorisé, puis notes la vérification et préviens ton responsable si un défaut reste visible.

Résultat et livrable attendu :
La machine reste hors service tant que le défaut n'est pas vérifié. Le livrable attendu est une fiche de suivi remplie, avec la date, le nom du matériel, l'anomalie observée, l'action réalisée et le signalement transmis.

Exemple de fiche de suivi :
Le 12 mars, tu notes « machine à vérifier », après avoir repéré un bruit inhabituel pendant un essai de 2 minutes. Tu indiques que tu as arrêté l'appareil et prévenu la personne responsable, sans tenter de le réparer.

Ce qu'il faut retenir

Un entretien régulier prolonge la durée de vie du matériel et réduit les risques. Respecte les consignes du fabricant et n'effectue que les opérations autorisées.

- Après usage, nettoie les outils avec une méthode adaptée et range-les à leur place.

- Avant de travailler, vérifie la stabilité, les câbles, les protections et les fixations.
- En cas de défaut dangereux, arrête l'utilisation et **préviens la personne responsable**.
- Consigne les contrôles et anomalies sur la **fiche de suivi**, sans démonter ni réparer un appareil sans autorisation.

Un poste propre et un suivi précis contribuent à un atelier plus sûr. Ne remets pas en service un matériel suspect avant sa vérification.

Procédés de fabrication et de transformation

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu apprends à couper, assembler, mouler et transformer les matières pour réaliser des chapeaux. Tu travailles notamment le feutre, la paille et le tissu, jusqu'aux **finitions et garnitures**.

Ces apprentissages alimentent l'épreuve « Mise en œuvre de la réalisation de tout ou partie d'un ou plusieurs produits », de **coefficient 10**. L'évaluation est pratique, en CCF pendant l'année de l'examen ou en **examen final de 20 heures**, en fonction de ton statut.

Conseil :
Je te conseille de consacrer **15 minutes après l'atelier** à une fiche technique. Note les étapes, les réglages utilisés et les difficultés rencontrées. Ajoute un croquis pour retrouver facilement un montage ou une finition avant de recommencer.

Avant chaque coupe, prends le temps de vérifier tes repères. Entraîne-toi sur des chutes avant une opération délicate. Si ton premier moulage manque de régularité, ne te décourage pas. Demande une correction précise et reprends le geste calmement.

Table des matières

Chapitre 1 : Du placement à l'assemblage en coupé-cousu ..... Aller
1. Préparer et placer les pièces ..... Aller
2. Assembler les pièces avec soin ..... Aller
Chapitre 2 : Mouler les matières et assembler les tresses ..... Aller
1. Préparer le moulage ..... Aller
2. Mouler la matière ..... Aller
3. Assembler les tresses ..... Aller
Chapitre 3 : Apprêter les matières et tendre les tissus ..... Aller
1. Préparer les matières ..... Aller
2. Appliquer l'apprêt ..... Aller
3. Tendre les tissus ..... Aller
Chapitre 4 : Réaliser les finitions et poser les garnitures ..... Aller
1. Préparer les finitions ..... Aller
2. Réaliser les finitions ..... Aller
3. Poser les garnitures ..... Aller
Chapitre 5 : Rénover, transformer et remettre à taille ..... Aller
1. Examiner et rénover un chapeau ..... Aller
2. Transformer un modèle existant ..... Aller

3. Remettre un chapeau à la bonne taille ..... Aller

Chapitre 1 : Du placement à l'assemblage en coupé-cousu

1. Préparer et placer les pièces :

Le principe du coupé-cousu :
En coupé-cousu, tu découpes plusieurs pièces dans une matière souple, puis tu les réunis par des coutures pour former le chapeau. Un placement précis limite les pertes de tissu et aide à obtenir des pièces régulières.

Préparer le tissu et le patron :
Avant de couper, vérifie le sens du tissu, son endroit et son envers, ainsi que les éventuels motifs ou défauts. Repasse la matière si elle le supporte, puis pose-la bien à plat sans la tirer.

Repères de placement :
Respecte le droit-fil indiqué sur le patron, car il contribue à la bonne tenue du chapeau. Vérifie aussi le sens des motifs et garde assez d'espace pour les valeurs de couture prévues sur le patron ou dans les consignes.

À vérifier	Pourquoi c'est utile
Le droit-fil	Pour éviter que la pièce se déforme à l'assemblage.
Le sens du motif	Pour garder un rendu régulier sur le chapeau.
Les valeurs de couture	Pour conserver la dimension prévue après la couture.

Exemple de placement :
Tu dois couper 6 pièces identiques dans un tissu à rayures. Tu alignes chaque pièce dans le même sens, tu vérifies le raccord des rayures et tu traces les repères avant de découper. Le livrable attendu est un jeu de 6 pièces identifiées, prêtes à assembler.

2. Assembler les pièces avec soin :

Préparer la couture :
Avant de coudre, rapproche les pièces endroit contre endroit et fais coïncider les repères. Épingle ou bâtis les bords, surtout si la matière glisse. Cette vérification évite de devoir découdre une couture mal alignée.

Réaliser et contrôler l'assemblage :
Couds régulièrement en suivant la valeur de couture prévue. Au début, prends ton temps plutôt que de vouloir aller vite. Après chaque couture, vérifie que les pièces restent à plat et que les raccords sont propres.

Mini cas pratique :

Pour un petit échantillon de chapeau, tu assembles 4 pièces découpées dans une toile d'essai. Tu fais coïncider les repères, tu piques chaque assemblage, puis tu contrôles la forme. Le livrable attendu est un échantillon cousu, régulier et prêt pour l'étape suivante.

Checklist avant de passer à la suite :

- Les pièces sont coupées dans le bon sens.
- Les repères sont visibles et bien alignés.
- Les bords sont assemblés sans pli ni décalage.
- Les coutures sont régulières et solides.
- La forme obtenue correspond au patron.

Astuce de terrain :
Si tu remarques un décalage, arrête la couture et corrige-le tout de suite. En atelier, j'ai souvent vu qu'un petit défaut laissé au départ devient plus difficile à rattraper après plusieurs assemblages. Un contrôle rapide après chaque couture te fait gagner du temps.

Ce qu'il faut retenir

Le coupé-cousu consiste à découper plusieurs pièces, puis à les assembler pour former le chapeau. Une préparation précise limite les pertes et les défauts.

- Vérifie le **droit-fil du tissu**, son endroit, son envers, ses motifs et ses éventuels défauts.
- Respecte le sens du patron et prévois les valeurs de couture.
- Aligne les pièces endroit contre endroit en faisant coïncider les repères.
- Couds régulièrement, puis contrôle la forme et les coutures après chaque assemblage.

Corrige immédiatement tout décalage. Des contrôles réguliers t'aident à obtenir un assemblage solide, propre et conforme au patron.

Chapitre 2 : Mouler les matières et assembler les tresses

1. Préparer le moulage :

Choisir la matière et l'outillage :
Avant de commencer, repère la matière et vérifie qu'elle convient à la forme du chapeau. Prépare le moule adapté, les épingles, les ciseaux et les outils de mise en forme. Un poste bien rangé t'aide à travailler régulièrement et à éviter les marques accidentelles.

Préparer la matière :
La préparation dépend de la matière utilisée. Pour une paille ou une tresse, assouplis-la selon les consignes de l'atelier, sans la détremper ni la fragiliser. Pour du feutre, respecte les indications de traitement et de chaleur. Dans tous les cas, fais d'abord un essai sur une chute si tu hésites.

Exemple d'essai avant moulage :
Tu dois former une petite courbe dans une tresse de paille. Teste d'abord sur 10 cm, puis vérifie si elle se plie sans casser. Si elle résiste, assouplis-la davantage selon la méthode prévue à l'atelier plutôt que de forcer.

Représentation visuelle



Formation de courbes dans des tresses de paille pour chapeaux

2. Mouler la matière :

Former la matière sur le moule :

Pose la matière sur le moule en suivant la forme prévue, par exemple une calotte ou un bord. Travaille progressivement, du centre vers l'extérieur, et répartis la tension. Des épingles bien placées maintiennent la matière sans créer de plis ni de bosses.

Contrôler la forme et la sécurité :
Observe le chapeau sous plusieurs angles pour repérer les plis, les déformations ou les zones trop tendues. Suis les consignes de l'atelier pour toute source de chaleur, utilise les protections prévues et garde tes doigts à distance. Une matière étirée trop vite risque de se déformer ou de se déchirer.

Repères de contrôle :

Point à vérifier	Ce que tu observes
Position	La matière suit le moule sans glisser.
Surface	Aucun pli marqué ni bourrelet gênant.
Tension	La matière est maintenue sans être tirée à l'excès.
Symétrie	La forme reste équilibrée des 2 côtés.

Mini cas pratique de moulage :
Tu prépares une calotte sur un moule d'environ 18 cm de haut. Fixe d'abord la matière en 4 points opposés, puis ajoute des épingles entre ces repères. Contrôle les plis avant de poursuivre. Livrable attendu : une calotte maintenue sur le moule, régulière et sans pli marqué.

3. Assembler les tresses :

Préparer et positionner les tresses :
Vérifie que les tresses ont une largeur et une souplesse compatibles. Repère leur sens, prépare des extrémités nettes et place-les selon le tracé prévu. Un assemblage réussi commence par un chemin régulier, surtout dans les courbes où les écarts se voient davantage.

Assembler sans créer de défaut :
Réunis les tresses avec la méthode prévue pour le modèle, en gardant une tension constante. Contrôle l'alignement à mesure que tu avances et fixe les extrémités proprement. Évite de tirer trop fort, car l'assemblage peut se resserrer, gondoler ou déformer le bord.

Check-list de l'atelier :

- Vérifie que la tresse n'est ni cassée ni effilochée.
- Repère le tracé et le sens de pose avant de commencer.
- Garde une tension régulière dans les courbes.

- Contrôle l'alignement après chaque portion assemblée.
- Rentre et fixe les extrémités selon la méthode demandée.

Exemple d'assemblage :
Pour réaliser un bord d'environ 30 cm de diamètre, dispose les rangs de tresse en suivant le tracé du modèle. Après chaque tour, vérifie qu'il n'y a ni espace ni chevauchement irrégulier. Livrable attendu : un bord assemblé, plat et régulier, avec les extrémités fixées proprement.

Ce qu'il faut retenir

Prépare la matière, les outils et le moule adaptés. Fais un essai sur une chute si tu doutes de la souplesse du matériau.

- Moule **progressivement et régulièrement**, du centre vers l'extérieur, en répartissant la tension.
- Vérifie la position, la surface, la tension et la symétrie, sans tirer excessivement.
- Pour assembler les tresses, suis le tracé, garde une tension constante et fixe soigneusement les extrémités.

Un contrôle fréquent permet d'obtenir une forme régulière et un assemblage plat, sans plis, espaces ni déformations. Respecte les consignes de sécurité de l'atelier.

Chapitre 3 : Apprêter les matières et tendre les tissus

1. Préparer les matières :

Comprendre l'apprêt :
Apprêter une matière, c'est la préparer pour qu'elle garde mieux la forme voulue. Selon la matière et la technique, l'apprêt peut la rigidifier, la stabiliser ou faciliter sa mise en forme. Le bon choix évite les déformations pendant le travail.

Choisir et tester :
La paille, le feutre et le tissu ne réagissent pas tous de la même façon à l'humidité, à la chaleur ou à un produit d'apprêt. Vérifie les consignes de ton atelier et fais toujours un essai sur une chute avant de traiter toute la pièce.

Matière	À vérifier avant le travail
Tissu	Le sens du droit-fil et la réaction à l'humidité.
Feutre	La souplesse et la tenue après mise en forme.
Paille	La fragilité et la sensibilité à l'humidité.

Exemple de test sur une chute :
Sur une chute de tissu de 10 cm, applique l'apprêt prévu, puis laisse sécher selon les consignes du produit. Compare ensuite sa tenue et son aspect avec une chute non traitée. Si le tissu se tache ou devient trop rigide, change de méthode.

2. Appliquer l'apprêt :

Procéder avec méthode :
Installe ton espace de travail, protège la table et prépare seulement la quantité nécessaire. Applique l'apprêt de façon régulière, sans saturer la matière. Une couche trop épaisse peut laisser des marques ou rendre la pièce difficile à travailler.

Laisser sécher et contrôler :
Respecte le temps de séchage indiqué pour le produit utilisé. Ne mets pas une matière encore humide en forme, car elle risque de se détendre ou de se déformer. Avant de continuer, vérifie que l'apprêt est uniforme et que la matière reste adaptée au modèle.

Repères de sécurité :

- Lis les consignes du produit et aère la pièce si nécessaire.
- Éloigne l'apprêt des sources de chaleur et protège tes mains selon les consignes.
- Range les produits dans leur emballage après utilisation.

Exemple de préparation d'un support :
Pour préparer un support en tissu de 30 cm, protège la table, traite d'abord une chute, puis applique une fine couche régulière sur la pièce. Laisse sécher le temps indiqué avant le montage. Livrable attendu : une pièce sèche, propre et suffisamment ferme pour être travaillée.

3. Tendre les tissus :

Positionner le tissu :
Place le tissu bien droit sur le support, en respectant le droit-fil et le sens du motif. Commence par fixer quelques points opposés, puis répartis progressivement la tension. Le tissu doit être lisse, sans plis, mais ne doit pas être tiré au point de se déformer.

Contrôler la tension :
Observe la surface à la lumière et vérifie les bords régulièrement. Si tu repères un pli, retire doucement la fixation concernée et replace le tissu. D'après mon expérience, aller trop vite est l'erreur la plus fréquente, car un défaut caché se voit souvent une fois le travail terminé.

Check-list avant de continuer :

- Le tissu est propre et correctement préparé.
- Le droit-fil et le motif sont dans le bon sens.
- La tension est régulière sur toute la surface.
- Aucun pli ni bord flottant ne reste visible.
- Les fixations tiennent sans marquer la matière.

Exemple de mise en tension :
Tu dois tendre un carré de tissu de 40 cm sur un support. Fixe d'abord le milieu de chaque côté, puis ajoute des points de fixation espacés d'environ 5 cm en avançant vers les angles. Résultat attendu : une surface lisse et régulière. Livrable attendu : le support tendu, prêt pour l'étape suivante.

Ce qu'il faut retenir

Prépare les matières pour qu'elles gardent leur forme et travaille avec méthode afin d'éviter déformations et marques.

- Teste l'apprêt sur une chute et vérifie la réaction de la matière avant de traiter toute la pièce.
- Applique une couche fine et régulière, puis respecte le **temps de séchage** indiqué.
- Tends le tissu en respectant le **droit-fil et le motif**, avec une tension uniforme et sans plis.

Protège ton espace de travail et suis les consignes de sécurité. Avant de continuer, vérifie que la matière est sèche et que le tissu est lisse, bien fixé et prêt à être travaillé.

Chapitre 4 : Réaliser les finitions et poser les garnitures

1. Préparer les finitions :

Vérifier la forme :
Avant de poser une garniture, regarde le chapeau sous plusieurs angles. Vérifie que sa forme est régulière, que les bords sont propres et que les coutures tiennent. Une garniture cache parfois un défaut, mais elle ne le corrige pas.

Choisir les fournitures et les outils :
Prépare les éléments adaptés au modèle : ruban, doublure, fil, aiguille, épingles et ciseaux. Choisis un fil discret et une aiguille assez fine pour ne pas marquer le tissu. Garde aussi une règle et des pinces à portée de main.

Organiser ton poste :
Pose le chapeau sur un support stable et protège-le de la poussière. Avant de couper, mesure les rubans et repère leur emplacement avec des épingles. Cette préparation évite les raccords mal placés et les longueurs inutilisables.

Exemple de préparation :
Pour un chapeau dont le tour de tête mesure 56 cm, mesure le ruban de propreté à la bonne longueur, puis ajoute une petite marge pour le raccord. Présente-le autour de la calotte avant de le coudre.

2. Réaliser les finitions :

Soigner les bords et les coutures :
Rentre les bords de tissu régulièrement et fixe-les avec des points adaptés au matériau. Les points doivent être assez solides pour tenir, mais pas trop serrés, sinon le bord risque de froncer. Sur l'envers, évite les fils qui dépassent.

Poser la doublure et le ruban de propreté :
Installe la doublure sans tirer sur le tissu, puis vérifie qu'elle reste bien en place dans la calotte. Le ruban de propreté doit être régulier et confortable au contact du front. Contrôle les raccords et rentre proprement les extrémités.

Contrôler le résultat :
Retourne le chapeau, puis examine l'intérieur et l'extérieur sous un bon éclairage. Passe doucement la main sur les coutures pour repérer une aspérité. Vérifie aussi que la doublure ne fait pas de plis et que le tour de tête reste confortable.

Exemple de finition :
Sur un chapeau doublé, fixe la doublure par quelques points discrets au fond de la calotte. Si tu la tends trop, elle peut tirer sur le tissu et déformer le chapeau. Ajuste-la avant de terminer la couture.

Point à vérifier	Contrôle pratique
Bords	Pas de tissu effiloché ni de bord irrégulier
Coutures	Points solides, discrets et sans fils libres
Doublure	Bien positionnée, sans pli ni tension
Confort	Ruban de propreté régulier et agréable

3. Poser les garnitures :

Positionner avant de fixer :
Une garniture peut être un ruban, un nœud, une fleur ou une autre décoration prévue pour le modèle. Place-la d'abord avec des épingles, puis observe le chapeau de face et de profil. Prends le temps de vérifier l'équilibre avant de coudre.

Fixer sans déformer :
Choisis un fil adapté à la garniture et au chapeau. Fais des points solides, mais discrets, en prenant soin de ne pas traverser les parties visibles. Pour une décoration lourde, répartis les points d'attache afin qu'elle ne bascule pas.

Mini cas concret :
Tu dois finir un chapeau en feutre avec un ruban de 60 cm et un nœud. Présente le ruban, règle son emplacement, puis fixe-le par des points discrets. Termine en contrôlant la tenue et l'équilibre de la garniture.

Le livrable attendu est un chapeau fini, avec un ruban sans pli, un nœud solidement attaché et une doublure propre. Note les fournitures utilisées et coche les contrôles avant de présenter ton travail.

Étape	Action à réaliser
1	Présenter la garniture avec des épingles
2	Contrôler sa position de face et de profil
3	Fixer avec des points adaptés et discrets
4	Vérifier la tenue, l'équilibre et la propreté

Astuce de terrain :
Évite de coudre définitivement une garniture dès le premier essai. Une épingle permet de déplacer le ruban ou le nœud sans laisser de traces. J'ai souvent vu un détail minuscule, comme un nœud légèrement de travers, déséquilibrer tout le chapeau.

Ce qu'il faut retenir

Avant les finitions, vérifie la forme du chapeau et prépare soigneusement tes fournitures et ton poste de travail.

- Réalise des **coutures solides et discrètes**, sans froncer les bords ni laisser de fils libres.
- Pose la doublure sans tension et assure-toi que le ruban de propreté reste confortable.
- Place la garniture avec des épingles, contrôle son équilibre, puis fixe-la sans déformer le chapeau.

Inspecte l'intérieur et l'extérieur sous un bon éclairage. Ton chapeau fini doit être propre, confortable et orné d'une **garniture bien équilibrée**.

Chapitre 5 : Rénover, transformer et remettre à taille

1. Examiner et rénover un chapeau :

Observer avant d'intervenir :
Avant de commencer, regarde le chapeau sous plusieurs angles. Vérifie la forme, la taille, les coutures, la garniture et l'état des matières. Repère les zones fragiles, les taches et les déformations, puis demande au client ce qu'il souhaite conserver.

Choisir une rénovation adaptée :
La rénovation sert à remettre le chapeau en bon état sans changer son style principal. Tu peux nettoyer une surface, reprendre une couture, remplacer une garniture ou reformer une partie. Choisis une méthode compatible avec la matière pour éviter de l'abîmer.

Préparer les outils et les matières :
Prépare seulement ce dont tu as besoin, par exemple une brosse douce, du fil adapté, des épingles et un support de mise en forme. Fais d'abord un essai discret, surtout si tu ne connais pas la réaction du tissu ou du feutre.

Exemple de rénovation :
Un chapeau en feutre présente une couture décousue sur 4 cm et un ruban usé. Tu vérifies le reste de la couture, reprends la zone avec un fil assorti, puis remplaces le ruban en respectant sa largeur d'origine.

2. Transformer un modèle existant :

Définir le résultat attendu :
Transformer un chapeau, c'est modifier son apparence ou certains de ses éléments. Avant de couper ou de découdre, clarifie le projet avec le client. Fais un croquis simple et indique les éléments à garder, à retirer ou à remplacer.

Procéder par étapes :
Découds les garnitures avec soin, sans tirer sur la matière. Place ensuite les nouveaux éléments et vérifie leur équilibre sur le chapeau. Les épingles ou un bâti provisoire te permettent de juger le résultat avant la couture définitive.

Vérifier les proportions :
Une garniture trop large ou trop chargée peut déséquilibrer la forme. Observe le chapeau de face, de profil et de dos. En atelier, j'ai appris qu'un essayage provisoire évite souvent de devoir découdre une finition déjà terminée.

Exemple de transformation :
Une cliente veut moderniser un chapeau à bord de 6 cm. Tu retires le ruban ancien, poses une garniture plus fine avec une petite boucle, puis vérifies que le décor reste stable et bien centré après l'essayage.

3. Remettre un chapeau à la bonne taille :

Prendre la mesure :
Mesure le tour de tête à l'endroit où le chapeau repose habituellement. Utilise un ruban souple, sans le serrer. Note la mesure en centimètres et compare-la à celle du chapeau, puis demande au client de l'essayer si possible.

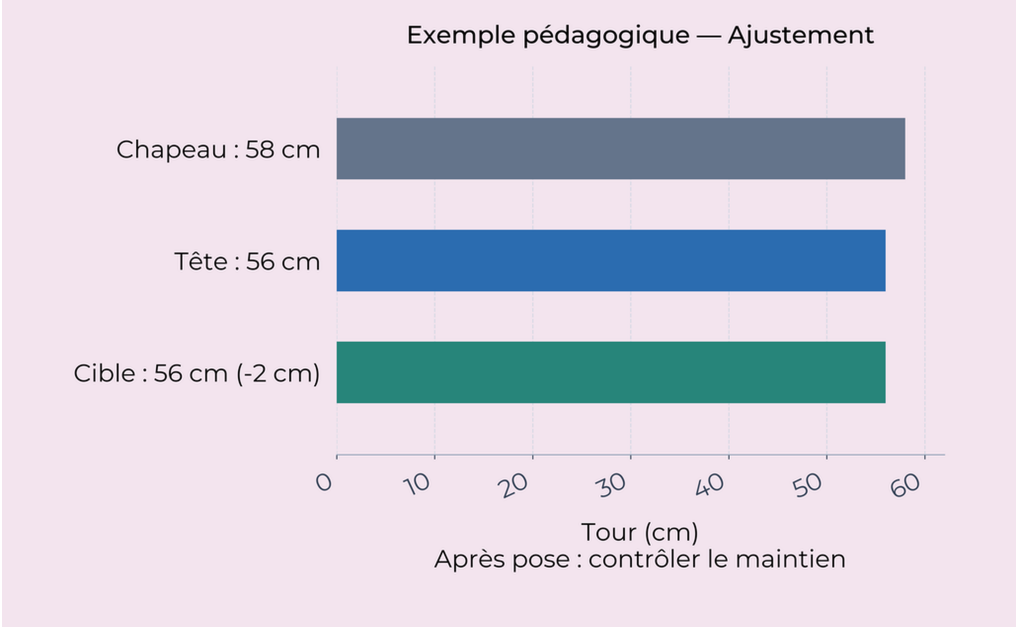
Choisir une solution :
Pour ajuster légèrement un chapeau trop grand, tu peux poser une bande de propreté ou des réducteurs adaptés. Si le modèle est trop petit, une remise en forme peut parfois aider, selon la matière et la construction. Ne force jamais une pièce fragile.

Contrôle	Action à réaliser
Mesure	Noter le tour de tête en centimètres
État	Repérer les zones fragiles ou déformées
Essai	Vérifier le confort et la tenue
Finition	Contrôler l'intérieur et l'extérieur

Contrôler le résultat :
Après l'ajustement, fais essayer le chapeau. Il doit tenir sans comprimer le front ni glisser quand la personne bouge doucement la tête. Note la modification effectuée, car cette information sera utile en cas de nouvelle retouche.

Mini cas concret avec livrable attendu :
Un client porte un chapeau mesuré à 58 cm, mais son tour de tête est de 56 cm. Tu poses un réducteur de 2 cm, fais un nouvel essayage et contrôles le maintien. Livrable attendu : le chapeau ajusté et une fiche indiquant la mesure initiale, la correction réalisée et le contrôle final.

Graphique chiffré



Check-list avant de rendre le chapeau :

- Tu as confirmé la demande et la taille souhaitée.
- Tu as vérifié la matière et repéré les défauts.
- Tu as testé la méthode sur une zone discrète si nécessaire.
- Tu as contrôlé les coutures, les garnitures et la propreté.
- Tu as fait essayer le chapeau et noté la retouche réalisée.

Ce qu'il faut retenir

Avant toute intervention, examine le chapeau, repère ses défauts et clarifie avec le client ce qu'il souhaite conserver ou modifier.

- Pour une **rénovation adaptée**, choisis une méthode compatible avec la matière et teste-la discrètement si nécessaire.
- Pour une transformation, définis le résultat attendu et vérifie les proportions avec un montage provisoire.
- Pour ajuster la taille, mesure le tour de tête, choisis une solution sans forcer et fais essayer le chapeau.

Contrôle le confort, la tenue et les finitions, puis note la retouche réalisée afin d'assurer un suivi clair.

Gestion des réalisations et communication

Présentation de la matière :
En CAP Chapelier-modiste, tu apprends à estimer le **prix de revient** et à contrôler la qualité. Tu utilises les documents techniques et échanges avec les clients, les fournisseurs et l'équipe.

Cette matière n'a pas d'épreuve autonome. Le calcul des coûts participe à l'épreuve Analyse et exploitation de données esthétiques et techniques, **coefficient 5**, évaluée en CCF l'année de l'examen ou par un écrit final de 6 heures.

La qualité et la communication participent à l'épreuve Mise en œuvre de la réalisation de tout ou partie d'un ou plusieurs produits, **coefficient 10**. Elle comporte 2 situations en CCF l'année de l'examen, ou une épreuve pratique finale de 20 heures.

Conseil :
Je te conseille de consacrer **15 minutes par semaine** à une fiche pratique. Pour un chapeau, note les matières, les fournitures et le temps passé. Entraîne-toi à distinguer les charges directes et indirectes, toutes présentes dans le prix de revient.

Simule aussi un accueil client avec un camarade. Reformule sa demande, puis explique tes choix simplement. Tu hésites au début, c'est normal. Privilégie des **explications courtes et précises**, puis demande un retour pour progresser.

Table des matières

Chapitre 1 : Estimer les coûts et suivre les stocks de matières ..... Aller
1. Calculer le coût des matières ..... Aller
2. Suivre les stocks de matières ..... Aller

Chapitre 2 : Contrôler le coiffant et les finitions ..... Aller
1. Vérifier la forme et le maintien ..... Aller
2. Examiner les finitions ..... Aller
3. Corriger et présenter le résultat ..... Aller

Chapitre 3 : Renseigner les documents de suivi technique ..... Aller
1. Comprendre les documents de suivi ..... Aller
2. Renseigner les étapes de fabrication ..... Aller
3. Contrôler et transmettre les informations ..... Aller

Chapitre 4 : Communiquer avec l'équipe et les fournisseurs ..... Aller
1. Échanger avec l'équipe ..... Aller
2. Échanger avec les fournisseurs ..... Aller
3. Résoudre un problème et garder une trace ..... Aller

Chapitre 5 : Accueillir, conseiller et accompagner la vente ..... Aller
1. Accueillir et découvrir le besoin ..... Aller
2. Conseiller et accompagner la vente ..... Aller

Chapitre 1 : Estimer les coûts et suivre les stocks de matières

1. Calculer le coût des matières :

Repérer les besoins :
Avant de fabriquer un chapeau, note les matières nécessaires et les quantités prévues. Pense au tissu, au feutre, au ruban, à la doublure, au fil et aux éléments de garniture. Ajoute une petite marge pour les essais et les découpes.

Calculer le coût :
Multiplie la quantité utilisée par le prix correspondant, puis additionne les matières. Pour une matière vendue au mètre, ramène le prix à la longueur réellement consommée. Ce calcul t'aide à établir un prix de vente cohérent et à éviter d'oublier des fournitures.

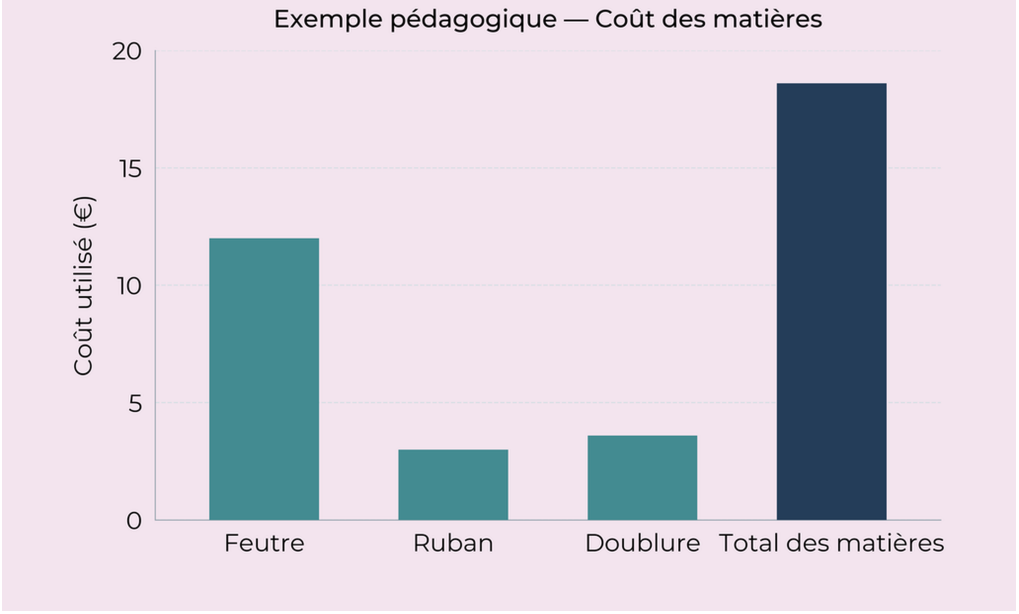
Représentation visuelle



Calcul des coûts des matières pour un projet de chapeau

Matière	Quantité utilisée	Prix d'achat	Coût utilisé
Feutre	0,4 m	30 € le mètre	12 €
Ruban	0,6 m	5 € le mètre	3 €
Doublure	0,3 m	12 € le mètre	3,60 €
Total des matières	—	—	18,60 €

Graphique chiffré



Exemple de calcul :
Tu prépares un chapeau en feutre. Le feutre coûte 30 € le mètre et tu en utilises 0,4 m, soit 12 €. Avec 0,6 m de ruban à 5 € le mètre et 0,3 m de doublure à 12 € le mètre, les matières coûtent 18,60 € au total.

Ne pas confondre les coûts :
Le coût des matières ne représente pas le coût complet d'un chapeau. Il faut aussi tenir compte du temps de travail et des autres frais de l'atelier, selon la méthode utilisée dans ton entreprise ou ton exercice.

2. Suivre les stocks de matières :

Noter chaque mouvement :
Un stock correspond aux matières disponibles dans l'atelier. Note les entrées après une livraison et les sorties dès qu'une matière est utilisée. Inscris la date, la référence, la quantité et le motif pour retrouver facilement l'origine d'un écart.

Contrôler les quantités :
Compare régulièrement le stock noté sur ta fiche avec celui que tu peux réellement compter ou mesurer. Range les matières par type et garde leurs références visibles. Un ruban presque épuisé ou un feutre abîmé doit être repéré avant de commencer une commande.

Mini cas concret :

Le 3 avril, l'atelier reçoit 5 m de feutre. Il en utilise 0,4 m pour un chapeau, puis mesure 4,6 m en stock. Résultat : le relevé correspond à la quantité restante. Le livrable attendu est une fiche de stock datée et mise à jour.

Checklist avant et après fabrication :

- Note la référence et la quantité disponible avant de couper.
- Vérifie l'état de la matière et repère les défauts.
- Mesure la quantité réellement utilisée.
- Inscris immédiatement la sortie dans la fiche de stock.
- Compare le stock restant avec la quantité notée.

Éviter les erreurs fréquentes :
Ne compte pas une matière abîmée comme si elle était entièrement utilisable. Évite aussi de reporter les sorties en fin de semaine, car tu risques d'oublier une quantité. En atelier, j'ai appris qu'une note prise tout de suite évite bien des recherches.

Ce qu'il faut retenir

Pour estimer le coût des matières et éviter les ruptures, calcule ce que tu utilises et tiens ta fiche de stock à jour.

- Liste les matières et quantités nécessaires, avec une marge pour les découpes et essais.
- Multiplie chaque quantité par son prix unitaire pour obtenir le **coût des matières**, sans le confondre avec le coût complet.
- Note les entrées et sorties avec leur date, leur référence, leur quantité et leur motif.
- Contrôle régulièrement le stock réel, l'état des matières et les quantités restantes.

En enregistrant les mouvements dès qu'ils ont lieu, tu repères plus facilement les écarts et anticipes les besoins de l'atelier.

Chapitre 2 : Contrôler le coiffant et les finitions

1. Vérifier la forme et le maintien :

Observer le coiffant :
Le coiffant, c'est la partie du chapeau qui couvre la tête. Vérifie sa forme, son aplomb et son équilibre. Pose le chapeau sur une tête porteuse ou un support adapté, puis observe-le de face, de profil et de dos.

Contrôler les points essentiels :
Regarde si le coiffant est régulier, sans bosse ni creux visible. Vérifie aussi qu'il tient correctement, sans pencher ni glisser. Pense à contrôler que la taille correspond bien à la mesure demandée, car un joli chapeau doit aussi être agréable à porter.

Exemple de contrôle :
Sur un chapeau à calotte ronde, tu repères un côté plus haut de 5 mm. Replace-le sur le support, compare les deux côtés, puis corrige la forme avant de passer aux finitions.

2. Examiner les finitions :

Inspecter les assemblages :
Examine les coutures, les bords et les éléments décoratifs. Les points doivent être réguliers et solides, sans fil qui dépasse. Vérifie aussi que le ruban, la garniture ou le bord ne se décolle pas quand tu manipules doucement le chapeau.

Repérer les défauts avant livraison :
Un contrôle à la lumière permet souvent de voir les taches, les traces de colle ou les irrégularités de matière. Observe le chapeau à environ 50 cm, puis de près. Évite de tirer fort sur une couture, tu pourrais l'abîmer au lieu de tester sa solidité.

Point à contrôler	Vérification rapide
Forme	Le coiffant est équilibré, sans bosse visible.
Taille	Le chapeau correspond à la mesure prévue.
Assemblages	Les coutures tiennent et les fils sont coupés.
Propreté	Aucune tache, trace de colle ou poussière ne reste.
Décor	La garniture est bien fixée et placée comme prévu.

Astuce de contrôle :
Je gardais une petite brosse douce et des ciseaux à fils près de mon poste. Ça évite de chercher tes outils au dernier moment et t'aide à corriger tout de suite les petits défauts, sans oublier de refaire une dernière vérification.

3. Corriger et présenter le résultat :

Suivre une méthode simple :
Contrôle ton travail dans le même ordre à chaque fois : forme, taille, assemblages, propreté, puis décor. Si tu repères un défaut, corrige-le avant de continuer. Note les retouches nécessaires, surtout si tu dois reprendre le chapeau après une pause ou le transmettre à quelqu'un.

Décrire le contrôle effectué :
Quand tu présentes ta réalisation, explique ce que tu as vérifié et indique les retouches faites. Reste précis et honnête. Une remarque claire aide l'équipe à suivre le travail et montre que tu sais évaluer la qualité, pas seulement fabriquer.

Mini-cas concret avec livrable attendu :
Tu contrôles un chapeau fini en 10 minutes. Tu mesures le tour de tête, vérifies 4 zones de couture, retires 2 fils dépassants et repositionnes une garniture décalée. Résultat : la forme est équilibrée et la décoration tient. Livrable attendu : une fiche de contrôle datée, avec 5 points vérifiés et la retouche notée.

Ce qu'il faut retenir

Avant de présenter ou livrer un chapeau, vérifie-le méthodiquement pour garantir son **équilibre et maintien** ainsi que la qualité de ses finitions.

- Observe la forme de face, de profil et de dos, puis contrôle la taille et la tenue.
- Examine les coutures, les bords et les décorations : ils doivent être solides, réguliers et bien fixés.
- Repère les taches, traces de colle et fils qui dépassent, puis corrige les défauts.
- Note les retouches effectuées et présente clairement ton **contrôle de qualité**.

Suis toujours le même ordre de vérification et consigne les résultats sur une fiche. Tu facilites ainsi le suivi du travail et montres que tu sais évaluer la qualité de ta réalisation.

Chapitre 3 : Renseigner les documents de suivi technique

1. Comprendre les documents de suivi :

À quoi servent ces documents :
Les documents de suivi gardent une trace du travail réalisé et des informations utiles à la fabrication. Ils t'aident à organiser les étapes, à repérer un oubli et à transmettre des consignes claires à la personne qui reprend ton ouvrage.

Les informations à retrouver :
Selon le document utilisé dans l'atelier, tu peux renseigner le nom du client, la référence du modèle, les matières, les mesures, les opérations réalisées, les dates et les éventuelles difficultés. Écris des informations précises et lisibles, plutôt que des remarques vagues.

Document	À quoi il sert	Information à noter
Fiche de fabrication	Suivre les étapes de réalisation	Opérations faites et dates
Fiche de matières	Identifier les fournitures utilisées	Type, couleur et quantité
Fiche de contrôle	Vérifier le résultat	Mesures et défauts repérés

Exemple de fiche de fabrication :
Pour un chapeau en feutre noir, tu notes la référence du modèle, la taille 57, la préparation de la calotte le 12 mars et le montage le 13 mars. Une autre personne peut ainsi comprendre où tu en es.

2. Renseigner les étapes de fabrication :

Noter au bon moment :
Renseigne la fiche au fur et à mesure, après chaque opération importante. Si tu attends la fin de la journée, tu risques d'oublier une date, une quantité ou un réglage. Dans mon expérience, noter juste après l'étape prend moins d'une minute et évite bien des doutes.

Décrire les opérations clairement :
Utilise des mots simples et des indications vérifiables. Précise ce que tu as fait, avec quel matériau et, si besoin, quelle correction tu as apportée. Évite les mentions comme « fait » ou « à revoir », qui n'expliquent pas assez la situation.

Exemple de suivi d'une retouche :
Le 14 mars, tu constates que le bord de la capeline est irrégulier. Tu notes « bord repris sur 2 cm à gauche » et tu indiques la vérification effectuée. La fiche garde ainsi la trace de la correction et de son emplacement.

3. Contrôler et transmettre les informations :

Vérifier avant de valider :
Avant de rendre ta fiche, vérifie que les références correspondent à l'ouvrage et que les dates, mesures et quantités sont cohérentes. Une erreur de taille ou de matière peut entraîner une mauvaise opération. Si tu te trompes, corrige proprement selon les consignes de l'atelier.

Mini cas concret et livrable attendu :
Tu fabriques un chapeau pour une cliente, taille 57, avec 40 cm de ruban. Tu renseignes 4 étapes sur 2 jours, puis tu contrôles la taille et la fixation du ruban. Le livrable attendu est une fiche de suivi complète, datée et lisible.

Check-list avant de transmettre :

- Vérifie le nom ou la référence de l'ouvrage.
- Note les matières et les quantités réellement utilisées.
- Inscris les dates et les opérations réalisées.
- Signale clairement toute difficulté ou correction.
- Relis la fiche et ajoute ton nom si c'est demandé.

Ce qu'il faut retenir

Les documents de suivi permettent de garder une trace fiable de la fabrication et de transmettre les informations utiles à l'équipe.

- Renseigne les **étapes réalisées**, les dates, les matières, les quantités et les mesures.
- Note chaque opération au fur et à mesure avec des indications précises et vérifiables.
- Avant de transmettre la fiche, contrôle les références et la cohérence des informations.

Une fiche **complète et lisible** facilite la reprise du travail et limite les erreurs.

Chapitre 4 : Communiquer avec l'équipe et les fournisseurs

1. Échanger avec l'équipe :

Transmettre les bonnes informations :
À l'atelier, une consigne claire évite les erreurs et les pertes de temps. Précise le modèle du chapeau, les matières choisies, les mesures et la date prévue. Si un détail change, préviens les personnes concernées rapidement.

Choisir le bon support :
Tu peux transmettre une consigne oralement pour une question simple, puis la noter par écrit si elle doit être suivie. Une fiche de fabrication ou un message récapitulatif permet à chacun de retrouver les informations utiles.

- Indique le nom ou la référence du modèle.
- Note les dimensions et les matières.
- Précise la personne responsable et l'échéance.
- Demande une confirmation si la consigne est importante.

Exemple de consigne à l'atelier :
Tu demandes à une collègue de préparer 3 garnitures en ruban pour vendredi. Tu précises la couleur, la largeur et le modèle concerné, puis tu inscris ces informations sur la fiche de fabrication.

2. Échanger avec les fournisseurs :

Préparer ta demande :
Avant de contacter un fournisseur, rassemble les informations nécessaires. Donne la référence de l'article, la quantité, la couleur souhaitée et la date de livraison attendue. Plus ta demande est précise, moins tu risques de recevoir une matière inadaptée.

Confirmer et suivre la commande :
Après un échange téléphonique, envoie si possible un message récapitulatif. Vérifie le prix, les quantités, les frais éventuels et le délai annoncé. Garde les réponses et les documents liés à la commande pour pouvoir les retrouver.

Exemple de demande à un fournisseur :
Tu écris pour commander 5 mètres de ruban de 25 millimètres, en bleu nuit, pour une livraison souhaitée sous 7 jours. Tu demandes le prix total et la confirmation de la disponibilité avant de valider.

Voici une liste de vérification simple à utiliser avant d'envoyer un message ou de confirmer une commande.

À vérifier	Question à te poser

Référence	Ai-je indiqué le bon article ou modèle ?
Quantité	Ai-je précisé le nombre de pièces ou de mètres ?
Caractéristiques	La couleur et les dimensions sont-elles exactes ?
Délai	La date attendue est-elle clairement indiquée ?
Confirmation	Ai-je gardé une trace de l'accord ?

3. Résoudre un problème et garder une trace :

Réagir avec méthode :
Si une livraison est en retard ou si une matière ne correspond pas, reste factuel. Décris le problème, indique la référence de commande et précise ce dont tu as besoin. Un ton calme aide à trouver une solution sans compliquer l'échange.

Mini cas concret :
Pour un chapeau à terminer en 5 jours, tu constates que les 2 mètres de ruban livrés sont d'une mauvaise couleur. Tu prends une photo, vérifies le bon de commande, puis contactes le fournisseur le jour même pour demander un échange rapide.

Tu préviens aussi la personne qui suit la réalisation et tu notes le nouveau délai convenu. Le livrable attendu est un message de réclamation clair, accompagné de la photo et de la référence, puis une confirmation écrite de l'échange.

Une habitude utile :
Au début, j'oubliais parfois de noter les accords pris au téléphone. Depuis, je garde un petit suivi avec la date, le nom de l'interlocuteur, la décision et la prochaine étape. En stage, cette habitude évite bien des malentendus.

Ce qu'il faut retenir

Pour travailler efficacement avec l'équipe et les fournisseurs, transmets des consignes précises et conserve une trace des échanges importants.

- Indique le modèle, les matières, les dimensions, les quantités et l'échéance dans une **consigne écrite**.
- Vérifie la référence, le prix, la disponibilité et le délai avant de confirmer une commande.
- En cas de problème, reste factuel, joins les preuves utiles et préviens les personnes concernées.
- Note les accords, les interlocuteurs et les prochaines étapes pour assurer un **suivi fiable**.

Une communication claire et un **historique des échanges** limitent les erreurs et facilitent la résolution des imprévus.

Chapitre 5 : Accueillir, conseiller et accompagner la vente

1. Accueillir et découvrir le besoin :

Le premier contact :
Accueille la personne avec un sourire et une attitude disponible. Laisse-lui le temps de regarder, puis propose ton aide sans insister. Un accueil calme met en confiance et donne envie de parler de ce qu'elle recherche.

Les questions utiles :
Pose quelques questions ouvertes pour comprendre l'occasion, le style souhaité, le budget et les contraintes. Écoute les réponses jusqu'au bout. Évite de supposer qu'un chapeau conviendra simplement parce qu'il te plaît ou qu'il est à la mode.

- Pour quelle occasion cherches-tu un chapeau ?
- As-tu une couleur ou une forme en tête ?
- Quel budget souhaites-tu respecter ?
- As-tu déjà une tenue avec laquelle l'associer ?

Exemple d'accueil :
Une cliente cherche un chapeau pour un mariage en extérieur et dispose d'un budget de 120 €. Tu lui demandes la couleur de sa tenue et si elle préfère un modèle discret ou remarqué. Tu as ainsi des critères précis pour commencer les propositions.

Les repères à noter :
Note mentalement ou sur une fiche les éléments importants, avec l'accord de la cliente si tu écris ses réponses. En stage, j'ai souvent vu qu'on oublie le budget après plusieurs essayages. Le redemander au bon moment évite une proposition inadaptée.

À repérer	Question simple
Occasion	Où et quand porteras-tu ce chapeau ?
Style	Quelle forme te plaît le plus ?
Budget	Quelle somme souhaites-tu consacrer à cet achat ?

2. Conseiller et accompagner la vente :

Des propositions adaptées :
Présente 2 ou 3 modèles qui répondent aux critères recueillis. Explique simplement leurs différences de forme, de matière, de couleur et d'usage. Pour un chapeau, vérifie aussi qu'il tient bien, qu'il est confortable et qu'il convient à l'occasion.

L'essayage et les conseils :

Accompagne l'essayage sans décider à la place de la personne. Observe l'ajustement et propose un miroir. Tu peux suggérer une autre taille, une mise en forme ou un accessoire, mais reste honnête sur ce qui est possible.

Exemple de conseil :
Une cliente hésite entre un chapeau en feutre et un modèle plus léger pour une cérémonie d'été. Tu lui expliques la différence de matière et lui fais essayer les 2 modèles. Elle choisit celui qui correspond le mieux à son confort et à sa tenue.

Représentation visuelle



Présentation des modèles de chapeaux à une cliente

La décision et la fin de vente :
Laisse le temps de choisir et réponds aux questions sans pression. Quand la personne se décide, vérifie le modèle, la taille et le prix avant de préparer l'achat. Termine par une formule chaleureuse et indique les conseils d'entretien utiles.

Étape	Action à réaliser
Accueillir	Saluer et proposer son aide avec tact.
Découvrir	Écouter l'occasion, le style et le budget.
Conseiller	Présenter quelques modèles pertinents et les faire essayer.
Finaliser	Vérifier le choix, le prix et l'état du chapeau.

Mini cas pratique et livrable :

En 10 minutes, tu accueilles une cliente qui prépare une cérémonie, avec un budget de 120 €. Tu poses 3 questions, proposes 2 modèles, puis accompagnes l'essayage. Résultat attendu : une recommandation justifiée et un choix confirmé par la cliente.

Ton livrable est une fiche-conseil courte indiquant l'occasion, le budget, les 2 modèles présentés et le modèle retenu. Avant de la remettre, vérifie que le prix et la taille sont exacts et que le conseil correspond bien aux réponses de la cliente.

Ce qu'il faut retenir

Pour accompagner une vente, adopte un accueil chaleureux et découvre les attentes de la personne avant de conseiller.

- Pose des **questions ouvertes** sur l'occasion, le style, le budget et la tenue, puis écoute attentivement.
- Présente **deux ou trois modèles** adaptés et explique leurs différences.
- Accompagne l'essayage en vérifiant le confort et l'ajustement, sans décider à la place de la cliente.
- Avant l'achat, confirme le **modèle, la taille et le prix**, puis donne les conseils d'entretien utiles.

Une recommandation pertinente s'appuie sur les besoins exprimés et laisse à la cliente le temps de choisir, sans pression.

Arts appliqués à la chapellerie

Présentation de la matière :
Dans ce CAP, tu explores l'histoire du chapeau, les couleurs et les volumes. Tu apprends à traduire une intention en **proposition graphique** adaptée au modèle demandé.

Cette matière contribue à l'épreuve « Analyse et exploitation de données esthétiques et techniques », de **coefficient 5**. L'évaluation comprend un CCF durant l'année civile de l'examen, ou une épreuve finale écrite de **6 heures**, en fonction de ton statut.

Les arts appliqués représentent **5 points sur 20** dans cette épreuve, sans coefficient autonome.

Conseil :
Je te conseille de tenir un **carnet de recherches**. Chaque semaine, consacre 20 minutes à observer un chapeau, puis dessine sa silhouette et ses garnitures. Note les associations de couleurs qui te plaisent.

Entraîne-toi ensuite à proposer 2 variantes répondant à une même demande. Privilégie des **croquis lisibles** plutôt qu'un dessin compliqué. Si tu hésites, reprends les contraintes et explique simplement tes choix.

Table des matières

Chapitre 1 : Repères de l'histoire du chapeau et du costume ..... Aller
1. Lire les formes à travers les époques ..... Aller
2. Relier l'histoire à ta création ..... Aller
Chapitre 2 : Styles et usages culturels ..... Aller
1. Comprendre le style et son contexte ..... Aller
2. Relier les formes aux cultures ..... Aller
3. Construire une création adaptée ..... Aller
Chapitre 3 : Analyser les formes, les couleurs et les matières ..... Aller
1. Observer les formes ..... Aller
2. Choisir les couleurs ..... Aller
3. Analyser les matières ..... Aller
Chapitre 4 : Exprimer une proposition par dessin et maquette ..... Aller
1. Chercher et dessiner une idée ..... Aller
2. Réaliser une maquette et présenter ton projet ..... Aller

Chapitre 1 : Repères de l'histoire du chapeau et du costume

1. Lire les formes à travers les époques :

Le costume, un repère historique :
Un costume raconte son époque. Sa forme, ses matières et ses couleurs dépendent des usages, du climat, du rang social et des techniques disponibles. Quand tu observes une silhouette ancienne, regarde aussi les accessoires, car ils complètent souvent le message.

Quelques étapes à retenir :
Au XVIIIe siècle, les vêtements de cour sont très structurés. Les paniers élargissent les robes, tandis que les coiffures et les chapeaux peuvent devenir imposants. Vers 1780, des silhouettes plus simples apparaissent aussi dans certaines tenues.

Après la Révolution française, les vêtements féminins adoptent une ligne plus fluide, inspirée de l'Antiquité. Au XIXe siècle, la silhouette change encore, avec notamment la crinoline sous le Second Empire. Ces repères t'aident à dater une image sans confondre les styles.

Observer le chapeau :
Pour analyser un chapeau, repère d'abord sa silhouette, puis sa taille, sa matière et ses ornements. Demande-toi aussi comment il tient sur la tête et avec quelle coiffure ou quelle tenue il s'accorde. Un détail bien observé peut révéler une mode ou un usage.

Exemple d'observation :
Sur un portrait français daté de 1785, tu peux noter la hauteur de la coiffure, la forme du chapeau et ses rubans. Compare ensuite ces éléments avec la robe. Au stage, j'ai appris à dessiner d'abord la silhouette générale, avant les petits détails.

Repère	Ce que tu observes	Pourquoi c'est utile
Silhouette	Volume, proportions, hauteur	Situer une époque et comprendre l'allure
Matières	Feutre, paille, tissu, rubans	Imaginer les techniques de fabrication
Décor	Plumes, fleurs, nœuds	Comprendre le goût et le statut social

2. Relier l'histoire à ta création :

Recherche et références :
Avant de dessiner, choisis une époque et rassemble 3 à 5 références fiables, comme des portraits, des gravures ou des pièces de musée. Note la date, le lieu et les détails visibles. Cette méthode évite de mélanger des formes de périodes différentes.

Croquis et choix des matières :

Commence par 2 croquis rapides de la silhouette, puis choisis celui qui répond le mieux à ton intention. Pour un modèle inspiré du XVIIIe siècle, tu peux reprendre un volume généreux ou un ruban, sans copier tout le costume. Sélectionne ensuite des matières adaptées à l'usage réel du chapeau.

Mini cas concret :
Une cliente demande un chapeau de cérémonie inspiré des portraits de la cour de Marie-Antoinette, mais facile à porter. Tu observes 4 images, dessines 2 propositions, puis choisis un petit plateau garni de rubans. Tu réalises une maquette en papier avant de couper les matières définitives.

Le résultat attendu est une fiche de recherche avec 4 références légendées, 2 croquis et un échantillon de matière. Cette étape te fait vérifier les proportions et l'équilibre du décor avant la fabrication, ce qui limite les erreurs et les pertes de tissu.

Check-list avant de présenter ton projet :

- Choisis une époque et écris sa date approximative.
- Repère la forme générale du costume et du chapeau.
- Note 3 détails visibles, comme une plume, un ruban ou un volume.
- Réalise 2 croquis avant de choisir une forme.
- Indique les matières et le livrable attendu sur ta fiche.

Un piège fréquent consiste à ajouter des ornements sans comprendre leur rôle dans la silhouette. Garde d'abord une forme lisible, puis ajoute un détail historique bien choisi. C'est souvent ce qui rend une création plus convaincante et plus facile à expliquer.

Ce qu'il faut retenir

Le costume et le chapeau révèlent leur époque, leurs usages et le statut social. Pour les analyser, observe les **formes et volumes**, les matières et les ornements.

- Repère les grandes évolutions historiques pour dater une silhouette.
- Rassemble **3 à 5 références fiables** et note leurs dates et détails.
- Réalise deux croquis, puis teste les proportions avec une maquette avant de choisir les matières.

Pour créer un modèle inspiré du passé, garde une forme lisible et sélectionne quelques **détails historiques pertinents**. Cette méthode limite les erreurs et rend ton projet plus cohérent.

Chapitre 2 : Styles et usages culturels

1. Comprendre le style et son contexte :

Le chapeau, un signe :
Un chapeau ne sert pas seulement à protéger la tête. Sa forme, sa matière et sa décoration peuvent signaler une époque, une activité, une cérémonie ou une appartenance. Pour créer un modèle juste, commence par chercher ce qu'il signifie dans son contexte.

Des usages qui évoluent :
Les habitudes changent selon les lieux et les périodes. Un couvre-chef porté au travail peut devenir un accessoire de mode, tandis qu'un modèle de cérémonie répond à des codes précis. Évite donc de présenter un style comme universel ou intemporel.

Exemple d'observation d'un chapeau :
Tu étudies un canotier associé aux loisirs d'été. Tu notes sa forme à calotte plate, son bord régulier et sa matière tressée, puis tu recherches à quelles occasions il est porté. Tu peux alors expliquer tes choix sans réduire le modèle à une simple tendance.

2. Relier les formes aux cultures :

Observer avant d'interpréter :
Pour analyser une référence, relève d'abord des éléments visibles : silhouette, proportions, couleurs, matières, motifs et manière de porter le chapeau. Sépare ces observations de tes suppositions. Cette méthode t'aide à éviter les interprétations rapides et les clichés.

Respecter la signification des références :
Certains couvre-chefs sont liés à une fonction, à une tradition ou à une cérémonie. Avant de reprendre un signe reconnaissable, cherche son origine et son usage. Si le contexte reste flou, inspire-toi plutôt d'une forme générale ou d'une palette, sans copier un symbole.

Élément observé	Question à te poser	Piste de création
Forme	À quoi sert-elle ?	Adapter les proportions à l'usage choisi.
Matière	Est-elle liée au climat ou au métier ?	Choisir une matière adaptée au port.
Motif ou ornement	A-t-il une signification particulière ?	Éviter de reprendre un signe sans contexte.

Astuce de recherche :

Garde une trace de tes références dans un carnet. Note le nom de l'objet, le lieu ou l'époque si tu les connais, la source consultée et ce que tu observes réellement. En stage, cette préparation rend tes choix plus faciles à expliquer à l'équipe ou à la clientèle.

3. Construire une création adaptée :

Les étapes de la démarche créative :
Commence par définir la personne qui portera le chapeau et l'occasion prévue. Recherche ensuite des références, réalise plusieurs croquis, puis choisis des matières compatibles avec la forme et l'usage. Termine par un essai ou une maquette pour vérifier le confort et l'équilibre.

Mini cas concret et livrable :
Pour une tenue de cérémonie estivale, tu réalises 3 croquis inspirés de chapeaux de soleil, sans reprendre de symbole traditionnel. Tu sélectionnes une base légère, testes 2 placements d'ornement et présentes une proposition annotée avec palette, matières et usage prévu.

Ta vérification sur le terrain :

- Définis l'occasion et la personne qui portera le modèle.
- Observe au moins 2 références et note leur contexte.
- Réalise plusieurs croquis avant de choisir une forme.
- Vérifie que les matières conviennent à l'usage et au confort.
- Explique tes choix sans attribuer une signification non vérifiée.

Ce qu'il faut retenir

Un chapeau exprime des usages et des significations qui varient selon les lieux et les époques. Pour créer avec justesse, observe avant d'interpréter et vérifie le contexte de tes références.

- Relève la forme, les matières, les couleurs et les motifs, en distinguant les faits de tes suppositions.
- Respecte les **significations culturelles** et évite de reprendre un symbole sans en connaître l'origine.
- Définis l'usage et la personne qui portera le modèle, puis réalise des croquis et teste le confort.

Garde une trace de tes sources et explique tes choix. Ta création sera ainsi **adaptée à son contexte**, à l'occasion et au confort recherché.

Chapitre 3 : Analyser les formes, les couleurs et les matières

1. Observer les formes :

Repérer les lignes :
Commence par regarder la silhouette du chapeau de face, de profil et de dessus. Repère les lignes droites, courbes ou inclinées, puis observe les proportions entre la calotte et le bord. Cette première analyse t'aide à comprendre l'équilibre du modèle.

Relier forme et usage :
La forme doit correspondre à l'effet recherché et rester cohérente avec l'usage du chapeau. Un bord large protège davantage du soleil, tandis qu'un petit bord peut donner une allure plus discrète. Pense aussi au confort et à la tenue sur la tête.

Exemple d'observation :
Sur un dessin de profil, tu mesures une calotte de 10 cm et un bord de 7 cm. Tu notes que le bord est légèrement relevé sur les côtés. Ces proportions donnent un modèle équilibré, avec une silhouette dynamique.

2. Choisir les couleurs :

Construire une palette :
Choisis une couleur principale, puis ajoute une ou 2 couleurs qui l'accompagnent. Tu peux créer un contraste avec des teintes opposées ou une harmonie avec des couleurs proches. Une palette limitée aide à garder un résultat lisible et évite de disperser l'attention.

Vérifier l'effet des couleurs :
La couleur change selon la lumière, la matière et les couleurs voisines. Observe tes échantillons près d'une fenêtre, puis sous un éclairage intérieur. En atelier, j'ai appris à ne pas choisir une teinte sur écran seulement, car le rendu peut être différent.

Exemple de palette :
Pour un chapeau d'été, tu proposes une paille couleur naturelle, un ruban bleu marine et une petite garniture ivoire. Les 3 teintes restent faciles à associer, et le ruban contraste assez pour souligner la forme.

3. Analyser les matières :

Comparer les qualités :
Observe la texture, l'épaisseur, la souplesse et la tenue de chaque matière. Demande-toi si elle convient à la forme dessinée et à l'usage prévu. Une matière trop molle peut affaisser un bord large, tandis qu'une matière ferme peut mieux maintenir une silhouette structurée.

Faire des essais simples :
Manipule les échantillons avec soin. Plie-les légèrement, pose-les sur un gabarit ou rapproche-les des garnitures envisagées. Note tes observations dans un carnet. Cette méthode évite de choisir une matière uniquement pour son apparence, sans vérifier sa réaction au travail.

Exemple de comparaison :
Tu compares 2 échantillons destinés à un petit bord : une paille tressée et un feutre fin. Tu notes leur souplesse et leur tenue sur une fiche. Le feutre garde mieux la courbe choisie, il convient donc davantage au projet.

Repères pour comparer tes choix :

Élément observé	Question à te poser	Note à inscrire
Forme	Les proportions sont-elles équilibrées ?	Hauteur et largeur en centimètres
Couleur	Les teintes s'accordent-elles ?	Couleur principale et accents
Matière	La matière garde-t-elle la forme ?	Souplesse, épaisseur et tenue

Mini-cas : préparer une proposition de chapeau :
Tu dois proposer un chapeau pour une cérémonie estivale. En 30 minutes, tu observes 3 images de modèles, dessines 2 silhouettes, puis compares 2 échantillons de matière et 3 palettes de couleurs. Tu retiens la combinaison la plus cohérente avec l'usage.

Le résultat attendu est une planche de recherche avec 2 croquis annotés, une palette de 3 couleurs et 2 échantillons collés. Ajoute une phrase pour justifier chaque choix. Cette présentation permet à ton enseignant ou à ton client de comprendre rapidement ta démarche.

Checklist avant de présenter ton projet :

- Vérifie que la silhouette est lisible de face et de profil.
- Note les dimensions principales en centimètres.
- Limite ta palette à quelques teintes bien choisies.
- Compare la souplesse et la tenue d'au moins 2 matières.
- Explique en une phrase pourquoi tes choix fonctionnent ensemble.

Ce qu'il faut retenir

Pour concevoir un chapeau cohérent, analyse sa forme, sa palette et ses matières en fonction de l'usage prévu.

- Observe les lignes et les proportions de face, de profil et de dessus pour vérifier l'**équilibre de la silhouette**.
- Choisis une **palette limitée** et vérifie le rendu des couleurs sous différents éclairages.
- Compare la souplesse, l'épaisseur et la tenue des matières, puis teste-les sur un gabarit.
- Présente tes choix avec des croquis annotés, des échantillons et une justification concise.

Consigne tes observations et vérifie que chaque choix sert à la fois l'apparence, le confort et la fonction du chapeau.

Chapitre 4 : Exprimer une proposition par dessin et maquette

1. Chercher et dessiner une idée :

Observer et s'inspirer :
Avant de dessiner, précise l'usage du chapeau, la personne à qui il s'adresse et les contraintes à respecter. Observe des formes, des matières ou des couleurs qui pourraient nourrir ton idée. Cette recherche t'évite de partir dans tous les sens.

Construire ton croquis :
Commence par quelques croquis rapides, puis sélectionne la forme la plus convaincante. Montre le volume de la calotte, la largeur du bord, les proportions et les détails importants. Un dessin de face et un dessin de profil aident à comprendre le modèle.

Exemple de recherche et de croquis :
Tu imagines un chapeau de cérémonie léger. Tu dessines 3 pistes, puis tu gardes celle avec une calotte basse et un bord asymétrique de 6 cm. Tu ajoutes une vue de profil pour rendre la forme plus claire.

Choisir les matières et les couleurs :
Note les matières envisagées et les couleurs sur ton dessin. Pense à leur aspect, à leur tenue et à leur compatibilité avec la forme. En atelier, j'ai souvent vu de beaux croquis devenir difficiles à réaliser parce que la matière choisie ne tenait pas le volume prévu.

Élément à montrer	Pourquoi c'est utile
Vue de face et de profil	Pour comprendre la silhouette et le volume
Dimensions principales	Pour situer les proportions du modèle
Matières et couleurs	Pour rendre l'intention plus concrète

2. Réaliser une maquette et présenter ton projet :

Passer du dessin au volume :
La maquette te permet de vérifier les volumes avant de fabriquer le chapeau dans sa matière définitive. Selon ton projet, tu peux utiliser du papier, du carton fin ou une matière d'essai adaptée. Travaille proprement et vérifie que chaque élément reste stable.

Vérifier et ajuster :
Compare la maquette à ton dessin sous plusieurs angles. Vérifie l'équilibre de la calotte, la position du bord et la place des ornements. Si une partie paraît trop lourde ou gêne la silhouette, corrige-la avant de finaliser ta proposition.

Exemple de maquette :

Pour un petit chapeau de cérémonie, tu réalises une maquette en carton avec une calotte de 9 cm de haut et un bord de 6 cm. Tu ajustes l'inclinaison après l'essayage. Le livrable attendu comprend le dessin annoté et la maquette corrigée.

Présenter une proposition lisible :
Organise ton dessin, tes vues et tes annotations sur une même planche. Indique les matières, les couleurs et les dimensions utiles. Une présentation claire aide ton enseignant ou ton client à comprendre rapidement ce que tu proposes et les choix que tu as faits.

Check-list avant de présenter :

- Ton dessin montre au moins la face et le profil.
- Les proportions principales sont indiquées en centimètres.
- Les matières et les couleurs sont notées clairement.
- La maquette tient debout et correspond au dessin.
- Tu as vérifié l'équilibre et corrigé les détails gênants.

Ce qu'il faut retenir

Pour exprimer ta proposition, pars de l'usage du chapeau et de ses contraintes, puis développe plusieurs pistes avant de choisir la plus convaincante.

- Présente les **vues de face et de profil**, les proportions, les dimensions, les matières et les couleurs.
- Réalise une **maquette en volume** pour vérifier la stabilité, l'équilibre et la silhouette.
- Compare-la au dessin, ajuste les détails, puis rassemble les informations sur une planche claire.

Une proposition annotée et une maquette corrigée rendent ton projet compréhensible et facilitent sa réalisation.

Copyright © 2027 FormaV®. Tous droits réservés.

FormaV® est une marque déposée auprès de l'INPI sous le numéro 5227897.

Ce document a été élaboré par FormaV® avec le plus grand soin afin d'accompagner chaque apprenant vers la réussite de ses examens. Son contenu (textes, graphiques, méthodologies, tableaux, exercices, concepts, mises en forme) constitue une œuvre protégée par le droit d'auteur.

Toute copie, partage, reproduction, diffusion ou mise à disposition, même partielle, gratuite ou payante, est strictement interdite sans accord préalable et écrit de FormaV®, conformément aux articles L.111-1 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Dans une logique anti-plagiat, FormaV® se réserve le droit de vérifier toute utilisation illicite, y compris sur les plateformes en ligne ou sites tiers.

En utilisant ce document, vous vous engagez à respecter ces règles et à préserver l'intégrité du travail fourni. La consultation de ce document est strictement personnelle.

Merci de respecter le travail accompli afin de permettre la création continue de ressources pédagogiques fiables et accessibles.