



Ateliers couture



Objectifs

- Rompre l'isolement des publics accueillis
- Permettre aux participants de partager un moment de détente et de convivialité
- Créer une dynamique de groupe pour amener les gens à se connaître
- Renforcer la confiance en soi en faisant prendre conscience aux participants de leurs savoir-faire.
- Stimuler la créativité et l'imagination
- Développer sa patience et sa persévérance ; son habileté et sa dextérité
- Revalorisation textile



Publics cibles

- Personnes en situation d'isolement, de précarité
- Publics des boutiques solidaires, des tiers lieux
- Femmes seules, mamans
- Personnes âgées au sein d'un EHPAD
- Apprenants Français Langue Etrangère
- Mineurs isolés



Durée | 1 demie journée



Budget prévisionnel | 500 - 2000€ (selon le matériel à acheter, le nombre de participants et la récurrence des ateliers)

Introduction

Cet atelier à la croisée de la valorisation de l'estime de soi et du développement durable permettra à coup sûr à ses participants de passer un temps de détente et de bénéficier des vertus encore méconnues de la couture ! Il s'agit, avec l'aide d'un animateur bénévole expérimenté ou professionnel du textile, de donner une seconde vie aux vêtements que les participants souhaitent personnaliser ! Découpe du tissu, broderies, rapiècement, ajout de matières, motifs : tout est possible lors de cet atelier faisant appel à l'imagination. Chaque participant repartira avec un souvenir : une création originale et responsable !

Comment procéder ?

En amont :

- **Fixer la date idéale** pour la structure d'accueil :
 - S'assurer de la disponibilité des publics accueillis et des bénévoles
 - Établir un nombre de participants maximum selon les possibilités d'encadrement de la structure (par exemple 10 maximum pour 1 animateur).
 - Préciser les modalités de participation auprès des publics
 - En lien avec une unité locale Croix-Rouge par exemple ou une autre association, demander à récupérer quelques vêtements de tailles variées selon les recommandations de l'animateur dans le cas où il en manquerait le jour j !
- **Définir les modalités d'encadrement** de l'atelier :
 - Dans l'idéal si possible, contacter un ou plusieurs bénévoles expérimentés ou professionnels du textile (couturiers, stylistes, modélistes...) en mesure d'animer l'atelier !
 - Il est possible de proposer une thématique : autour du jean / des hauts / jupes / sacs / accessoires...Ainsi les participants pourront plus facilement cibler quelles pièces apporter le jour J.
- **Communiquer sur l'atelier** auprès du public visé :
 - Afficher les informations au sein de la structure et/ou envoyer un mail
 - En parler au moment des actions quotidiennes
 - Mettre à disposition une feuille d'inscription papier au sein de la structure le plus tôt possible (au moins 1 mois à l'avance)

Le jour J :

- Faire signer à chaque participant une **autorisation de prise de vue**.
- **Aménager la pièce de façon conviviale** : veiller à ce que chacun des participants ait de quoi s'asseoir et assez de place pour coudre tranquillement.
- **Prévoir de quoi faire une collation** : thé, gâteaux...

Après :

- **Cet atelier peut-être suivi d'un défilé de mode !** Il peut même se faire en lien avec l'atelier « bulle de bien-être » pour préparer les modèles du défilé en termes de coiffure, maquillage...
- **Réalisez le bilan de l'action en équipe** : Il vous permettra d'identifier les points positifs et négatifs de votre projet, les compétences mises en œuvre, etc.
- Pensez à **valoriser le projet auprès des partenaires** : Cela vous permettra de mettre en avant ce que le partenariat vous a apporté et peut-être de pouvoir le renouveler sur d'autres projets.
- **Réalisez le bilan de l'événement avec les participants** : cela vous permettra d'avoir des retours sur votre projet et de prévoir de nouvelles rencontres en adéquation avec les envies de chacun..
- **Collectez les photos prises par les participants** et les organisateurs, distribuez aux participants les photos imprimées par vos soins ou proposez une séance diaporama de la journée au groupe de participants.

Les moyens nécessaires

Moyens matériels et dépenses éventuelles I

- Machine à coudre (environ 300 € la machine)
- Fils de couture, ciseaux, aiguilles, patrons/pochoirs, tissus, petit matériel type boutons et fermetures éclair par exemple, etc



Moyens humains I Prévoir plusieurs animateurs, notamment s'il s'agit de mineurs ou de publics à besoin spécifique.

L'ASTUCE

Pour cette action, vous pouvez confectionner des pochoirs vous-même en découpant des images libres de droit choisies sur Internet ou dessinées sur du carton ! Vous pouvez aussi projeter un motif, une image de votre choix sur le mur à décorer pour calquer l'image projetée.

DÉCLINAISONS POSSIBLES

L'atelier peut aussi consister en un coaching pour l'estime de soi à l'aide d'un styliste qui aide les participants à trouver des tenues adaptées pour différentes situations (entretiens professionnels...).

Enfin, cet atelier peut consister à créer de la décoration en tissu (coussins, housses, guirlandes, cadres etc...) Les différentes créations peuvent faire l'objet par la suite d'une exposition et/ou de ventes pour financer d'autres actions solidaires !

Les objectifs du développement durable auxquels ce projet peut contribuer :

