TRAVAUX MENAGERS

1ère Année

Option

COUPE & COUTURE

EDITION 2025

CONFORME AU PROGRAMME NATIONAL





TABLE DES MATIÈRES

PRÉLIMINAIRES **1**

Préface de l'Inspecteur Général de l'EPST 1

- 1. Articulation Disciplinaire et Finalité Professionnelle 1
- 2. Posture Pédagogique et Exigences Didactiques 1

Note de l'auteur : De l'atelier à la maison, le savoir-faire au quotidien 1

- 1. Le postulat d'une compétence unifiée 1
- 2. L'impératif de la transposition didactique 2

Comment utiliser ce manuel pour réussir 2

- 1.1. La Structure Didactique Tripartite 2
- 1.2. Le Séquençage Progressif des Compétences 2
- 2.1. La Primauté de l'Approche Démonstrative 3
- 2.2. L'Adaptation au Contexte Local 3

Programme national des Travaux Ménagers - 1ère année Coupe et Couture 3

- 1. Finalités et Objectifs Généraux 3
- 2. Compétences Spécifiques à Développer 4

PARTIE I : L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL DE LA COUTURIÈRE **5**

a. L'atelier : bien plus qu'une simple pièce 5

b. L'outillage : les prolongements de la main 5

c. La matière d'œuvre : du fil au tissu 5

d. Hygiène, sécurité et entretien : les gardiens de l'atelier 5

CHAPITRE 1 : HYGIÈNE ET SALUBRITÉ DE L'ATELIER **6**

Leçon 1 : L'hygiène personnelle de l'artisane 6

- a. L'hygiène, une signature professionnelle 6
- A. Les Fondamentaux de l'Hygiène Corporelle 6
- B. La Tenue de Travail : Le Bouclier de Propreté 6

FIGURE 1 : RÉF. IMG (6712-6264-2483) **9**

Les éléments clés de la tenue de travail d'une couturière professionnelle 9

- b. Scénarios et Exercices 9

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Leçon 2 : Nettoyage et désinfection des surfaces et du matériel.....11
- a. Le paradoxe de l'atelier propre.....11
- A. Distinguer le nettoyage de la désinfection.....11

FIGURE 2 : RÉF. IMG (5379-7500-9741).....13

Matériel de nettoyage et produits de désinfection sur une table.....13
- B. Méthodologie du nettoyage de l'atelier.....13

FIGURE 3 : RÉF. IMG (8449-7629-1468).....16

Gros plan sur le nettoyage minutieux d'une machine à coudre.....16
- C. Entretien spécifique du matériel.....16

Leçon 3 : La gestion des déchets de couture (chutes de tissus, fils).....18
- a. L'ordre invisible de l'atelier.....18
- A. Identification et tri des déchets.....19

FIGURE 4 : RÉF. IMG (1852-5669-5269).....21

Organisation des bacs de tri dans un atelier de couture professionnel.....21
- B. Valorisation et élimination.....21

Leçon 4 : Lutte contre les nuisibles (mites, cafards, rongeurs).....23
- a. L'atelier, un garde-manger involontaire.....23
- A. Identification des ennemis invisibles.....24

FIGURE 5 : RÉF. IMG (5608-4184-4563).....25

Repérage des signes de nuisibles dans un atelier de couture.....25
- B. La stratégie de défense : La Prévention.....25

FIGURE 6 : RÉF. IMG (7102-6596-7740).....28

Méthodes de prévention et de rangement dans un atelier propre.....28
- C. Les méthodes de lutte active.....28

CHAPITRE 2 : ORGANISATION ET ERGONOMIE DE L'ESPACE.....31

Leçon 5 : Aménagement fonctionnel de l'atelier de couture.....31
- a. L'importance d'un espace optimisé.....31
- A. Le Triangle d'Activité en Couture.....31

FIGURE 7 : RÉF. IMG (7468-6235-2911).....33

Schéma du triangle d'activité dans un atelier de couture fonctionnel.....33

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- B. L'Organisation des Outils et des Fournitures.....33

FIGURE 8 : RÉF. IMG (3933-3011-7940).....36

Exemples de rangements intelligents pour le petit matériel de couture.....36

- Scénarios et Exercices.....36

Leçon 6 : Rangement et classification du petit matériel.....38

- a. L'importance de la méthode.....38
- A. La Logique du Rangement : La Famille d'Outils.....38

FIGURE 9 : RÉF. IMG (1801-5932-9823).....41

Boîte à couture chaotique versus un espace de travail bien organisé.....41

- B. Les Solutions de Stockage Adaptées.....41

FIGURE 10 : RÉF. IMG (3161-4830-1310).....44

Utilisation d'une boîte à compartiments pour classer la petite mercerie.....44

- b. Scénarios et Exercices.....44

Leçon 7 : L'importance de l'éclairage et de la ventilation.....46

- a. Introduction : les outils invisibles.....46
- A. L'éclairage : voir clair pour coudre juste.....46

FIGURE 11 : RÉF. IMG (4136-3168-1406).....47

L'éclairage optimal de l'atelier de couture, un gage de qualité.....47

- B. La ventilation : un souffle de santé et de propreté.....47
- C. Scénarios et Exercices.....48

Leçon 8 : Posture et gestes pour prévenir la fatigue et les douleurs.....50

- a. Le corps, premier outil de la couturière.....50
- A. La posture correcte à la machine à coudre.....50
- B. Les gestes de prévention et les pauses actives.....51

FIGURE 12 : RÉF. IMG (1804-2426-6854).....53

Étirements simples pour soulager les tensions musculaires du cou et des épaules.....53

- Anecdote : La sagesse de Maman Fikiri de l'Équateur.....53

PARTIE II : LA SCIENCE DES TEXTILES AU SERVICE DE L'ENTRETIEN.....56

a. Du fil à l'étoffe : une question de valeur.....56

b. L'invisible : la nature des fibres.....56

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

c. L'eau, la chaleur et le savon : les trois agents de l'entretien....56

d. De la connaissance à la maîtrise : le savoir-faire professionnel....56

CHAPITRE 3 : IDENTIFICATION DES FIBRES TEXTILES....57

Leçon 9 : Les fibres naturelles (coton, lin, soie, laine)....57

- a. L'ADN de nos tissus....57
- A. Le Coton : la fibre universelle....57
- B. Le Lin : la fraîcheur naturelle....57

FIGURE 13 : RÉF. IMG (3266-4507-7667)....59

Fibres de coton brut et de lin vues au microscope....59

- C. La Laine : l'isolant animal....59
- D. La Soie : le luxe par nature....60

FIGURE 14 : RÉF. IMG (9899-8775-6264)....62

Observation comparative des fibres de laine et de soie....62

- b. Anecdote : Le drame du pull de Maman Hélène....62

Leçon 10 : Les fibres artificielles et synthétiques (viscose, polyester, wax)....64

- a. L'essor des nouvelles matières....64
- A. La Viscose : l'artificielle d'origine naturelle....64
- B. Le Polyester : le champion de la robustesse....64
- C. Le Wax : un mariage de matière et de technique....65

FIGURE 15 : RÉF. IMG (9040-4084-4537)....67

Échantillons de fibres artificielles et synthétiques pour identification visu....67

- Anecdotes et cas pratiques....67

Leçon 11 : Tests de reconnaissance : combustion, toucher, aspect....69

- a. L'importance de l'identification....69
- A. L'Examen Visuel et Tactile : Le Premier Contact....69
- B. Le Test de Combustion : La Preuve par le Feu....70

FIGURE 16 : RÉF. IMG (0112-3731-2067)....72

Résidus de combustion de différentes fibres textiles sous une loupe....72

- Une erreur de repassage à Mbandaka....72

Leçon 12 : Comprendre les étiquettes de composition et d'entretien....74

- a. Le déchiffrage d'un message caché....74

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- A. La Composition : Les Ingrédients du Tissu....74

FIGURE 17 : RÉF. IMG (1385-2250-0387)....76

Deux étiquettes de composition côte à côte pour comparaison visuelle....76

- B. Les Symboles d'Entretien : Un Langage Universel....76

CHAPITRE 4 : LE LAVAGE : TECHNIQUES ET PRODUITS....80

Leçon 13 : Le traitement des tissus neufs avant la coupe (décaticotage)....80

- a. La mésaventure du pagne neuf....80
- A. Définition et objectifs du décaticotage....80
- B. Méthode pratique du décaticotage....81

FIGURE 18 : RÉF. IMG (1136-0688-2632)....84

Échantillons de tissus nécessitant un décaticotage avant toute coupe....84

- b. Scénarios et Exercices....84

Leçon 14 : Principes et techniques du lavage à la main....86

- a. Le savoir-faire au bout des doigts....86
- A. L'Action Mécanique : La base du nettoyage....86

FIGURE 19 : RÉF. IMG (8213-1902-1723)....88

Les quatre gestes fondamentaux du lavage manuel sur un tissu....88

- B. La synergie Eau-Savon-Température....88

FIGURE 20 : RÉF. IMG (8344-8753-3425)....91

Comparaison visuelle d'un même tissu lavé à différentes températures d'eau....91

- Une histoire de Liputa à Bandundu....91

Leçon 15 : Le triage du linge par couleur et par type de textile....93

- a. L'origine d'un geste essentiel....93
- A. Le triage par couleur : La règle des trois tas....93

FIGURE 21 : RÉF. IMG (6223-8972-1689)....96

Trois paniers à linge distincts : blanc, couleurs et noir....96

- B. Le triage par type de textile : La protection des fibres....96

FIGURE 22 : RÉF. IMG (9260-1193-5664)....99

Étiquettes de vêtements montrant les symboles d'entretien des textiles....99

- b. L'anecdote de la robe de mariage à Matadi....99

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Leçon 16 : Les agents de lavage : savons, lessives et produits naturels....101
- a. De l'artisanat de luxe à la chimie du quotidien....101
- A. Le Savon : une réaction chimique maîtrisée....102

FIGURE 23 : RÉF. IMG (2029-8938-2436)....104

Action d'une molécule de savon sur une particule de graisse....104
- B. Les Lessives : des formules de synthèse complexes....104

FIGURE 24 : RÉF. IMG (5231-2622-0060)....107

Composition d'une lessive en poudre moderne et ses agents actifs....107
- C. Les Alternatives Naturelles et Locales....107

PARTIE III : FINITION ET ENTRETIEN DU LINGE CONFECTIONNÉ....110

a. Au-delà de la couture : l'art de la finition....110

b. La finition : un gage de durabilité et d'esthétique....110

c. L'entretien : la seconde vie du vêtement....110

d. Savoir entretenir : une compétence technique essentielle....110

CHAPITRE 5 : SÉCHAGE, REPASSAGE ET PLIAGE....111

Leçon 17 : Les différentes méthodes de séchage du linge....111
- a. L'art de faire disparaître l'eau....111
- A. Le séchage naturel : l'allié du soleil et du vent....111

FIGURE 25 : RÉF. IMG (5382-7180-4868)....113

Techniques de séchage naturel du linge sur une corde à linge....113
- B. Le séchage mécanique : rapidité et précautions....113

FIGURE 26 : RÉF. IMG (5066-3853-7165)....116

Symboles d'entretien des textiles relatifs au séchage en machine....116
- b. Anecdote : la robe de Matadi....116

Leçon 18 : Le matériel de repassage : fer, pattemouille et table....118
- a. Une finition impeccable, un savoir-faire ancien....118
- A. Le fer à repasser : la source de chaleur contrôlée....118
- B. La pattemouille : le bouclier du tissu....118

FIGURE 27 : RÉF. IMG (1805-1554-8344)....121

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Les composants essentiels d'un fer à repasser à vapeur moderne....121
- C. La table à repasser : le support ergonomique....121

Leçon 19 : Techniques de repassage selon les types de vêtements et de tissus....123
- a. Le fer à repasser, un outil de finition, pas de magie....123
- A. Le diagnostic avant l'action....123

FIGURE 28 : RÉF. IMG (0471-8829-5604)....126

Le thermostat du fer à repasser et ses symboles universels....126
- B. La bonne méthode pour chaque tissu....126

FIGURE 29 : RÉF. IMG (1589-0608-3774)....129

Séquence de repassage d'une chemise pour un fini professionnel....129
- Une anecdote apprise à Bandundu-Ville....129

Leçon 20 : L'art du pliage et du rangement des vêtements dans une armoire....131
- a. L'acte final de la confection....131
- A. Les principes fondamentaux du pliage....131

FIGURE 30 : RÉF. IMG (7425-3552-5565)....133

Pliage méthodique d'une chemise et d'un pantalon pour un rangement optimal....133
- B. L'organisation stratégique de l'armoire....133

FIGURE 31 : RÉF. IMG (6275-8498-9394)....136

Organisation optimisée d'une armoire par zones et par type de vêtement....136
- b. Scénarios et Exercices....136

CHAPITRE 6 : TRAITEMENT DES TACHES ET RÉPARATIONS....139

Leçon 21 : Classification des taches et principes de détachage....139
- a. Le combat chimique contre les accidents du quotidien....139
- A. La carte d'identité des taches....139

FIGURE 32 : RÉF. IMG (2262-4999-5757)....142

Diagramme de classification des taches sur un tissu en coton....142
- B. Les 5 commandements du détachage efficace....142

Leçon 22 : Recettes de détachants faits maison (citron, vinaigre, bicarbonate)....144
- a. Les secrets des grands-mères....144
- A. Le citron : L'acide blanchissant naturel....145

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- B. Le vinaigre blanc : Le neutralisant universel.....145
- C. Le bicarbonate de soude : L'abrasif doux et désodorisant.....145

FIGURE 33 : RÉF. IMG (9519-2190-3440).....147

Les trois alliés du détachage : citron, vinaigre, bicarbonate.....147
- b. Anecdote de l'atelier de couture.....147

Leçon 23 : Le raccommodage simple : recoudre un bouton, un ourlet.....149
- a. L'art de la réparation.....149
- A. La technique de la couture d'un bouton.....149
- B. La confection d'un ourlet invisible à la main.....150

Leçon 24 : La réparation des petites déchirures et des accrocs.....152
- a. L'art de prolonger la vie d'un vêtement.....152
- A. Diagnostic de la déchirure : droite, en angle ou accroc simple.....152

FIGURE 34 : RÉF. IMG (3144-0146-6375).....154

Schéma des trois types de déchirures sur un tissu en coton.....154
- B. La technique du point de reprise (ou point invisible).....154

FIGURE 35 : RÉF. IMG (6222-1825-7976).....157

Exécution du point de reprise invisible sur l'envers d'un vêtement.....157
- b. L'anecdote de Maman Hélène à Matadi.....157

PARTIE IV : GESTION ÉCONOMIQUE ET SÉCURITÉ.....160

a. Du fil et des francs : la couture comme métier.....160

b. Le budget : la carte de vos dépenses.....160

c. La sécurité : l'atelier sans danger.....160

d. L'art de la prévoyance : anticiper les imprévus.....160

CHAPITRE 7 : ÉCONOMIE DOMESTIQUE APPLIQUÉE À LA COUTURE.....161

Leçon 25 : Établir un budget pour l'atelier et le ménage.....161
- a. Le budget, une simple histoire de bon sens.....161
- A. Définition et composantes du budget.....161

FIGURE 36 : RÉF. IMG (5669-4098-2710).....163

Représentation simple des deux piliers d'un budget d'atelier.....163
- B. Le double budget : Atelier et Ménage.....163

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

FIGURE 37 : RÉF. IMG (9746-6081-4518)....165

Schéma montrant la séparation claire entre la caisse atelier et ménage....165

- C. Les étapes pour créer un budget efficace....165

Leçon 26 : Économiser l'eau, l'électricité et le savon....167

- a. Introduction à la gestion des ressources....167
- A. La Maîtrise de l'Eau et du Savon....168

FIGURE 38 : RÉF. IMG (1378-3624-8648)....170

Deux méthodes de lavage de tissu wax côte à côte....170

- B. L'Optimisation de l'Électricité....170

FIGURE 39 : RÉF. IMG (5982-1075-3775)....173

Un fer à repasser moderne et une machine à coudre bien entretenue....173

- b. Anecdote : La leçon du compteur de Maman Pauline....173

Leçon 27 : Calcul du coût de l'entretien d'un vêtement....175

- a. Le coût caché du vêtement....175
- A. Identifier les Postes de Dépense....175

FIGURE 40 : RÉF. IMG (2261-4996-8204)....178

Les éléments constitutifs du coût de l'entretien d'un vêtement....178

- B. Méthode de Calcul du Coût par Entretien....178

FIGURE 41 : RÉF. IMG (5126-8674-3673)....181

Impact du type de tissu sur les coûts d'entretien à long terme....181

- C. Scénarios et Exercices....181

Leçon 28 : Valorisation des chutes de tissu : 'upcycling' et créations....183

- a. L'or qui dort....183
- A. Définir l'Upcycling (Surcyclage)....184
- B. Techniques fondamentales de valorisation....184

CHAPITRE 8 : SANTÉ ET SÉCURITÉ AU QUOTIDIEN....187

Leçon 29 : Prévention des accidents : coupures, brûlures, piqûres....187

- a. Le danger insoupçonné des gestes quotidiens....187
- A. Prévention des coupures....187

FIGURE 42 : RÉF. IMG (5546-2808-4673)....189

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Organisation sécuritaire d'un poste de travail en coupe et couture.....189
- B. Prévention des brûlures.....189

FIGURE 43 : RÉF. IMG (5669-7159-2253).....191

Manipulation correcte et sécurisée d'un fer à repasser chaud.....191
- C. Prévention des piqûres.....191
- D. Scénarios et Exercices.....192

Leçon 30 : La trousse de premiers secours indispensable à l'atelier.....193
- a. L'incident de l'aiguille à coudre.....193
- A. Composition et maintenance de la trousse.....194

FIGURE 44 : RÉF. IMG (7204-4750-9853).....196

Contenu essentiel d'une trousse de premiers secours pour atelier de couture.....196
- B. Gestes de premiers secours en atelier.....196

Leçon 31 : Utilisation sécuritaire des produits de nettoyage chimiques.....198
- a. Le réflexe chimique : une habitude à maîtriser.....198
- A. Identifier les dangers sur l'étiquette.....199
- B. Les 5 règles d'or de la manipulation sécuritaire.....199

Leçon 32 : Hygiène alimentaire de l'artisane : bien manger pour bien travailler.....201
- a. Le carburant du corps.....201
- A. Les trois carburants de l'atelier.....201

FIGURE 45 : RÉF. IMG (7988-8012-8728).....204

La composition d'une assiette équilibrée pour une artisane de Kananga.....204
- B. Le rythme des repas et l'hydratation.....204

FIGURE 46 : RÉF. IMG (6268-8473-2161).....207

L'hydratation, le geste simple pour éviter les erreurs de couture à Goma.....207
- b. Scénarios et Exercices.....207

Annexe 1 : Lexique des termes techniques (couture et entretien).....209
- A. Terminologie de la Couture.....209
- B. Terminologie de l'Entretien des Textiles.....211

Annexe 2 : Tableau des symboles internationaux d'entretien des textiles.....212
- A. La cuve : Le lavage.....212
- B. Le triangle : Le blanchiment.....213
- C. Le carré : Le séchage.....213

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

- D. Le fer à repasser : Le repassage.....214
- E. Le cercle : Le nettoyage professionnel.....215

Annexe 3 : Guide des températures de repassage par type de fibre.....215

- A. Classification des fibres et sensibilité thermique.....215
- B. Guide détaillé par fibre.....216
- C. Principes généraux et gestion des mélanges.....218

Annexe 4 : Bibliographie et sitographie.....219

- A. Ouvrages de référence.....219
- B. Sitographie sélective.....220
- C. Périodiques et revues spécialisées.....221

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

PRÉLIMINAIRES

Préface de l'Inspecteur Général de l'EPST

La formation des futurs professionnels des métiers de la couture intègre des compétences transversales essentielles. Le cours de Travaux Ménagers en première année remplit cette fonction stratégique. Il ne s'agit pas d'une discipline annexe. Il s'agit d'un pilier fondamental à la construction de l'excellence technique et du professionnalisme attendus de nos diplômés sur le marché du travail national.

1. Articulation Disciplinaire et Finalité Professionnelle

L'enseignement des travaux ménagers, dans le contexte de l'option Coupe et Couture, dépasse le simple cadre domestique. Il établit les fondements de l'hygiène, de l'organisation et de la sécurité en milieu professionnel. Un atelier de couture est avant tout un espace de production technique. Sa maintenance rigoureuse conditionne directement la qualité des ouvrages, la préservation des textiles et la durabilité des équipements, de la simple aiguille à la machine à coudre industrielle. La maîtrise de cet environnement est une compétence non négociable.

2. Posture Pédagogique et Exigences Didactiques

Il incombe à l'enseignant de contextualiser chaque leçon au sein de l'atelier. Les principes d'entretien doivent être systématiquement appliqués à l'environnement de travail de l'apprenant. La démonstration pratique ancre les savoir-faire de manière tangible. L'objectif final est de former non pas des experts de la domesticité, mais des artisans conscients que la propreté, l'ordre et la méthode sont des composantes intrinsèques de la performance et de la qualité. Cette discipline forge l'éthique professionnelle indispensable à tout succès.

Note de l'auteur : De l'atelier à la maison, le savoir-faire au quotidien

1. Le postulat d'une compétence unifiée

La formation en Coupe et Couture dépasse la simple acquisition de gestes techniques. Son fondement repose sur un principe de transférabilité. L'atelier

de couture, espace de précision et de planification, fonctionne comme un laboratoire pour des compétences domestiques élargies. La rigueur d'une mesure, la logique d'un plan de coupe ou la gestion économique du tissu sont des savoir-faire directement transposables à l'organisation du foyer. L'élève n'acquiert pas deux compétences distinctes, mais une seule compétence globale de gestion de projet appliquée à deux contextes différents : l'un professionnel (l'atelier), l'autre personnel (la maison).

2. L'impératif de la transposition didactique

Le rôle de l'enseignant devient central dans l'articulation de ce transfert. Chaque séquence technique doit être explicitement liée à son application domestique. L'acte pédagogique consiste à verbaliser et à démontrer cette continuité. L'élaboration d'un budget pour un vêtement préfigure la gestion d'un budget ménager. Le respect des étapes d'assemblage d'une pièce complexe éduque à la planification d'une tâche domestique de grande envergure. L'enseignement ne se limite pas à la maîtrise de l'outil technique ; il vise la structuration d'une pensée méthodique et autonome, efficiente de l'atelier à la cuisine.

Comment utiliser ce manuel pour réussir

1.1. La Structure Didactique Tripartite

Chaque leçon s'articule autour de trois temps pédagogiques distincts. L'accroche introductive a pour fonction de capter l'attention et de contextualiser la notion. Le corps théorique et pratique fournit le savoir technique rigoureux et les procédures normalisées. Enfin, la section "Scénarios et Exercices" assure l'ancrage mémoriel et la transposition des compétences dans un cadre concret. Cette articulation favorise une assimilation progressive et durable.

1.2. Le Séquençage Progressif des Compétences

Les chapitres suivent une progression intentionnelle, allant des savoirs fondamentaux vers les techniques plus complexes. Chaque nouvelle notion s'appuie sur la précédente, créant un échafaudage de connaissances solide. Le respect de cet ordre de lecture et d'enseignement garantit une acquisition logique et cohérente des fondamentaux de la coupe et couture. Il est donc déconseillé d'aborder les modules de manière non linéaire.

2.1. La Primauté de l'Approche Démonstrative

Ce manuel est un support, non un substitut à la démonstration pratique en atelier. Votre rôle est de matérialiser les gestes techniques décrits. Utilisez les schémas, les étapes procédurales et les descriptions comme un guide visuel et un référentiel terminologique durant vos propres démonstrations. La théorie acquise via le manuel prend tout son sens lors de sa mise en œuvre observable et reproductible par l'élève.

2.2. L'Adaptation au Contexte Local

Les cas pratiques citent diverses provinces pour illustrer l'universalité des techniques. Ces exemples (Kwilu, Équateur, etc.) sont des modèles. Vous êtes encouragé à les adapter et à les enrichir en créant des scénarios propres au vécu de vos élèves. L'utilisation de problématiques, de textiles ou de situations spécifiques à votre environnement, de Matadi à Kisangani, renforcera la pertinence de l'enseignement.

Programme national des Travaux Ménagers - 1ère année Coupe et Couture

Ce programme structure la formation intégrale de l'élève. Il articule le développement intellectuel, moral et social avec l'acquisition de compétences techniques précises, préparant l'apprenant à une insertion socioprofessionnelle effective.

1. Finalités et Objectifs Généraux

1.1. Développement d'une conscience professionnelle

L'enseignement vise à inculquer le sens de la responsabilité, de l'organisation et de la rigueur. L'élève apprend la valeur du travail bien fait, le respect des délais et des consignes. Cette discipline personnelle est le fondement de toute carrière réussie, de Matadi à Bunia.

1.2. Acquisition d'une autonomie technique

L'objectif terminal est l'atteinte d'une autonomie fonctionnelle. À l'issue de l'année, l'élève doit être capable de réaliser des ouvrages simples de manière indépendante, en appliquant les techniques de base de la coupe et de la couture.

2. Compétences Spécifiques à Développer

2.1. Maîtrise des savoir-faire fondamentaux

Les apprentissages se concentrent sur la maîtrise des gestes techniques essentiels. Cela inclut : - La connaissance et l'utilisation correcte de l'outillage (ciseaux, mètre ruban, machine à coudre). - La prise de mesures corporelles exactes. - Le déchiffrage et l'utilisation d'un patron simple. - L'exécution des points de couture manuels et mécaniques de base.

2.2. Organisation et hygiène de l'espace de travail

Une compétence en gestion rationnelle de l'environnement de travail est développée. L'entretien du matériel, le rangement de l'atelier et l'application des règles d'hygiène et de sécurité sont des savoir-faire non négociables.

Partie I : L'environnement de travail de la couturière

a. L'atelier : bien plus qu'une simple pièce

Un atelier de couture est un espace organisé et fonctionnel. Sa propreté et son agencement déterminent la qualité du travail final. Que l'on soit à Gemena ou à Bukavu, un plan de travail dégagé et une bonne lumière sont des exigences non négociables. Cet espace reflète le sérieux et la créativité de l'artisan qui y opère, transformant une simple chambre en un véritable laboratoire de création.

b. L'outillage : les prolongements de la main

La maîtrise de la couture débute par la connaissance de ses instruments. Ciseaux, découd-vite, mètre-ruban et machine à coudre forment l'arsenal de base. Chaque outil devient un prolongement de la main, une extension de la pensée. Apprendre leur nom, leur fonction et leur maniement correct est la première étape vers l'autonomie et la précision dans la confection de vêtements de qualité.

c. La matière d'œuvre : du fil au tissu

Le tissu et le fil sont les composants essentiels de tout vêtement. Un wax lourd du Kasaï exige un fil robuste et une aiguille adaptée. Une soie légère venant de la Tshopo demande de la finesse et des outils délicats. La connaissance des textiles, de leur comportement au lavage et au repassage, est une compétence fondamentale. Elle prévient les erreurs et garantit la durabilité de l'ouvrage.

d. Hygiène, sécurité et entretien : les gardiens de l'atelier

La propreté d'un atelier de couture est une question de sécurité et de qualité. La poussière est l'ennemi des mécanismes fins de la machine à coudre. Une aiguille perdue sur le sol du Kwilu est un danger aussi réel qu'à Kinshasa. L'entretien régulier du matériel assure sa longévité et prévient les pannes coûteuses. Cette discipline quotidienne protège l'artisan et son investissement.

Chapitre 1 : Hygiène et Salubrité de l'Atelier

Leçon 1 : L'hygiène personnelle de l'artisane

a. L'hygiène, une signature professionnelle

Pendant des siècles, le travail de la couturière était un art de précision. La propreté constituait déjà une exigence fondamentale. Une simple tache de sueur ou de doigt gras sur un tissu précieux, comme le velours ou la soie, pouvait ruiner des semaines de travail et la réputation de tout un atelier. La propreté n'était pas un luxe, mais une assurance qualité.

Aujourd'hui, cette règle reste absolue. Une artisane propre est une garantie de professionnalisme. La cliente qui dépose son pagne wax de grande valeur à Kananga ou son coupon de bazin à Bandundu s'attend à le récupérer impeccable. L'hygiène personnelle de la couturière influence directement la confiance du client et la qualité du produit fini.

A. Les Fondamentaux de l'Hygiène Corporelle

Une bonne hygiène corporelle est la base invisible de tout travail de couture réussi. Elle se décline en plusieurs points non négociables.

Premièrement, la propreté du corps est primordiale. Une douche quotidienne et l'usage d'un déodorant neutre empêchent les odeurs de transpiration de s'imprégner dans les tissus, particulièrement durant les saisons chaudes.

Deuxièmement, les mains sont l'outil principal de la couturière. Elles doivent être lavées très régulièrement. Les ongles sont courts, propres et limés. Des ongles longs peuvent accrocher et déchirer des matières fragiles comme le tulle ou la dentelle, ou laisser des traces sous le tissu.

Enfin, la chevelure doit être maîtrisée. Des cheveux longs et détachés représentent deux risques majeurs : ils peuvent tomber sur l'ouvrage et se coudre avec le tissu, ou pire, se prendre dans le mécanisme de la machine à coudre et provoquer un accident grave. Il est impératif de les attacher en chignon ou de les couvrir d'un foulard.

B. La Tenue de Travail : Le Bouclier de Propreté

Directement liée à l'hygiène personnelle, la tenue de travail protège à la fois la couturière et son ouvrage.

Il s'agit le plus souvent d'une blouse ou d'un tablier en coton, une matière facile à laver. Ce vêtement de travail doit être propre chaque jour. Il sert de

barrière entre les vêtements personnels de l'artisane et les tissus des clients. Il évite de tacher ou de transmettre des fibres d'un vêtement à l'autre. La tenue inclut aussi des chaussures fermées pour protéger les pieds de la chute d'une épingle, d'une aiguille ou de ciseaux.

MURHULA BAZIKANGE M.
Directeur Editorial
+243 860 655 590

Figure 1 : Réf. IMG (6712-6264-2483)

Les éléments clés de la tenue de travail d'une couturière professionnelle



Figure 1 : Réf. IMG (6712-6264-2483)

Les éléments clés de la tenue de travail d'une couturière professionnelle

a. Le Tablier ou la Blouse

Cet élément est la première protection. Fabriqué en coton, il se lave facilement à haute température pour éliminer toutes les saletés. Ses poches permettent de garder à portée de main les petits outils comme le découd-vite ou le mètre-ruban, évitant de les poser sur le tissu.

b. Les Cheveux Attachés

Un simple chignon, une queue-de-cheval ou un foulard bien noué est une règle de sécurité et d'hygiène absolue. Cette habitude prévient toute contamination du tissu par un cheveu et écarte le danger d'un accident avec la machine à coudre, dont le volant moteur tourne à grande vitesse.

c. Les Mains et les Ongles

Visuellement, des mains soignées inspirent confiance. Les ongles courts et propres sont la preuve d'une professionnelle qui respecte la matière qu'elle travaille. Le lavage des mains au savon doit devenir un réflexe avant de manipuler tout nouveau coupon de tissu, surtout les couleurs claires.

d. Chaussures Fermées

Ce détail protège les pieds contre les accidents fréquents dans un atelier. Une paire de ciseaux qui glisse d'une table ou une aiguille qui tombe au sol peuvent causer des blessures sérieuses. Les chaussures fermées sont une barrière simple et efficace.

b. Scénarios et Exercices

Maman Hélène tient un petit atelier de couture très réputé à Bukavu, dans le Sud-Kivu. Un jour, elle reçoit la commande la plus importante de sa carrière : confectionner une robe de mariée en satin blanc pur. Très concentrée, elle travaille sans relâche. À midi, elle prend une pause rapide et mange un beignet bien gras acheté au coin de la rue. Oubliant de se laver les mains en profondeur avec du savon, elle retourne à son ouvrage. En manipulant le large pan de la jupe, elle laisse une petite, mais très visible, empreinte de doigt huileuse sur le satin. La tache est impossible à enlever sans laisser une auréole.

Le mariage est dans deux jours. Le stress est immense et sa réputation est en jeu.

Exercice 1 : Le Dilemme du Parfum

Énoncé : Maman Jolie, couturière à Kisangani, adore les parfums forts. Avant de commencer sa journée, elle s'en asperge généreusement. Elle doit travailler sur une commande de layettes (vêtements pour nouveau-né) en coton très doux. Quel est le problème potentiel ?

Résolution pas-à-pas :

1. **Étape 1 : Identification du problème** Les parfums contiennent des produits chimiques et des huiles qui peuvent se transférer facilement du corps de la couturière au tissu. La peau des nouveau-nés est extrêmement sensible.
2. **Étape 2 : Analyse des conséquences** Le parfum imprégné dans le tissu peut provoquer des allergies ou des irritations cutanées graves sur le bébé. De plus, l'odeur forte est désagréable pour les parents qui s'attendent à une odeur neutre et propre pour des vêtements de bébé.
3. **Étape 3 : Solution professionnelle** Une couturière doit éviter tout parfum fort. L'idéal est d'utiliser un déodorant sans odeur. La propreté doit être sentie par l'absence d'odeur, et non par la présence d'un parfum.

Exercice 2 : L'Oubli de la Blouse de Travail

Énoncé : Jean, apprenti tailleur au Kongo Central, arrive un matin pressé à l'atelier. Il oublie de mettre sa blouse de travail par-dessus son t-shirt noir. Son maître d'atelier lui demande de couper un costume de cérémonie dans un tissu "super 100" de couleur crème. Pourquoi son maître lui demande-t-il immédiatement d'aller mettre sa blouse ?

Résolution pas-à-pas :

1. **Étape 1 : Identification du risque de transfert** Le t-shirt noir de Jean, même propre, perdra inévitablement de minuscules fibres noires. Ces fibres se déposeront et s'incrusteront sur le tissu crème durant la manipulation et la coupe.
2. **Étape 2 : Conséquence sur le produit fini** Les fibres noires seront très visibles sur le tissu clair. Elles donneront un aspect "sale" ou

"poussiéreux" au costume une fois assemblé. Il sera très difficile, voire impossible, de toutes les enlever.

3. **Étape 3 : Le rôle de la blouse** La blouse de travail, souvent de couleur claire (blanche ou bleue), sert de surface neutre. Elle empêche ce transfert de fibres entre les vêtements personnels de l'artisan et les tissus précieux des clients.

Leçon 2 : Nettoyage et désinfection des surfaces et du matériel

a. Le paradoxe de l'atelier propre

Même si un atelier de couture évoque la créativité et un joyeux désordre, la réalité sanitaire est implacable. La poussière, les chutes de tissu et les fils accumulés deviennent des nids à microbes et des refuges pour les insectes. Une piqûre accidentelle avec une aiguille contaminée peut vite tourner au drame.

Cette hygiène stricte protège la santé de la couturière et celle de ses clients. Un vêtement confectionné dans un environnement propre est un gage de professionnalisme. La propreté est le premier outil, avant même les ciseaux ou la machine à coudre.

A. Distinguer le nettoyage de la désinfection

Le nettoyage consiste à enlever la saleté visible. Il utilise de l'eau et du savon pour éliminer la poussière, les taches de graisse et les débris. C'est une action mécanique et visuelle. Sans un bon nettoyage, la désinfection est inutile.

La désinfection vise à tuer les micro-organismes invisibles comme les bactéries et les virus. Elle se fait après le nettoyage, sur une surface déjà propre. Les produits utilisés sont spécifiques, comme l'eau de Javel diluée ou l'alcool à 70°.

Figure 2 : Réf. IMG (5379-7500-9741)

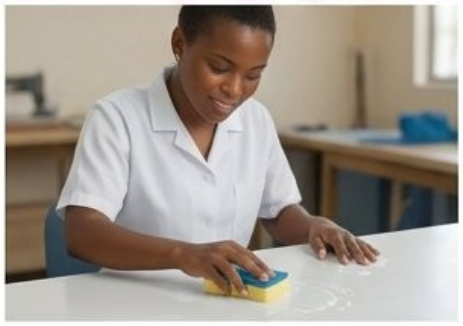
Matériel de nettoyage et produits de désinfection sur une table

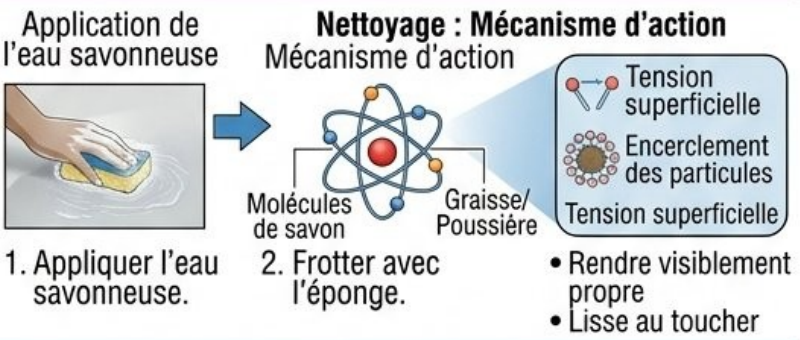
a. Identification du matériel



1. Éliminer la saleté visible.
2. Stériliser après nettoyage.

b. L'action du nettoyage

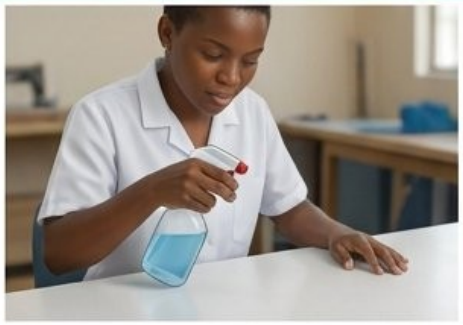


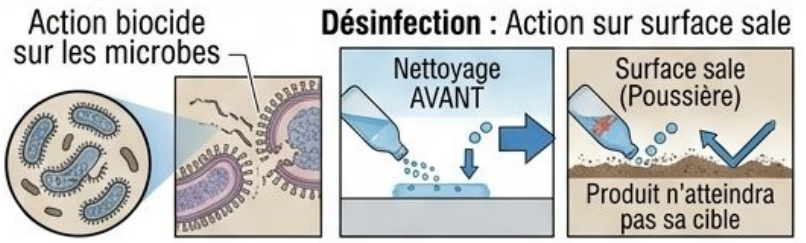


1. Appliquer l'eau savonneuse.
2. Frotter avec l'éponge.

- Rendre visiblement propre
- Lisse au toucher

c. Le rôle de la désinfection

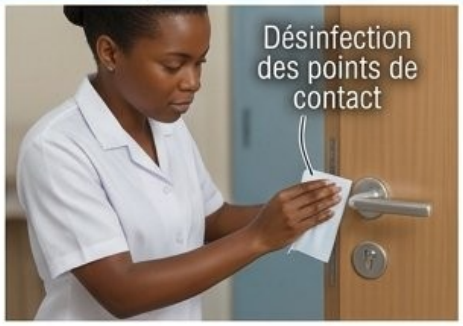




1. Nettoyer la surface au préalable.
2. Appliquer le désinfectant (Alcool/Javel).

Le nettoyage précède toujours la désinfection.

d. La fréquence d'action



Quotidien	Surface de travail
	Outils partagés / Points de contact fréquents
Hebdomadaire	Sols
Mensuel	Murs

Nettoyage des surfaces de travail - Quotidien.

Désinfection complète sols et murs - Hebdomadaire ou mensuel.

1. Nettoyage des surfaces de travail.
2. Désinfection des points de contact.
3. Comrɑn Gain de temps – Quotidien.

Figure 2 : Réf. IMG (5379-7500-9741)

Matériel de nettoyage et produits de désinfection sur une table

a. Identification du matériel

Cette image oppose clairement les outils de nettoyage (éponge, savon, seau) aux agents de désinfection (flacon d'alcool, bouteille d'eau de Javel). Le nettoyage élimine la saleté que l'on voit. La désinfection élimine la menace que l'on ne voit pas.

b. L'action du nettoyage

L'eau savonneuse agit comme un aimant à saletés. Les molécules de savon encerclent les particules de graisse et de poussière, permettant à l'eau de les emporter. C'est pourquoi frotter une surface avec une éponge savonneuse la rend visiblement propre et lisse au toucher.

c. Le rôle de la désinfection

L'alcool ou l'eau de Javel détruisent la structure des microbes. Ils ne nettoient pas, ils stérilisent. Appliquer un désinfectant sur une surface sale revient à vouloir peindre sur un mur poussiéreux. Le produit n'atteindra jamais sa cible. Le nettoyage précède toujours la désinfection.

d. La fréquence d'action

Le nettoyage des surfaces de travail est quotidien. La désinfection des outils partagés ou des points de contact fréquents (poignées de porte, interrupteurs) l'est aussi. Une désinfection complète des sols et des murs peut être hebdomadaire ou mensuelle.

■ ■ ■

B. Méthodologie du nettoyage de l'atelier

Une méthode rigoureuse garantit un résultat efficace. Elle suit une logique simple pour éviter de salir ce qui vient d'être nettoyé.

1. **Dégager et ranger** : Retirer tous les tissus, patrons et outils des surfaces de travail.
2. **Travailler du haut vers le bas** : Dépoussiérer les étagères, les luminaires et les cadres avant de s'attaquer aux tables. La poussière tombe.

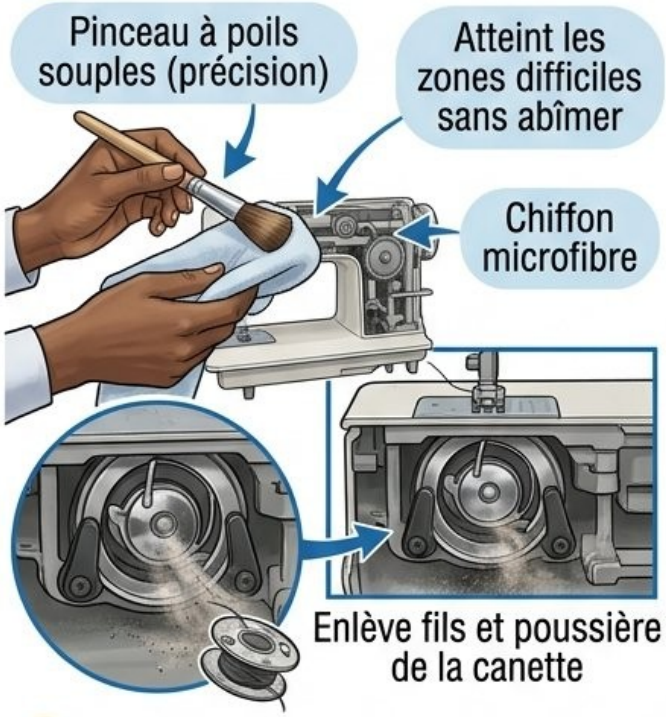
3. **Nettoyer les surfaces** : Laver les tables de coupe et les plans de travail avec une éponge, de l'eau et du détergent. Rincer à l'eau claire. Sécher avec un chiffon propre.
4. **Terminer par le sol** : Utiliser un balayage humide pour capturer la poussière sans la faire voler. Passer ensuite une serpillière avec un produit lavant et désinfectant.

Figure 3 : Réf. IMG (8449-7629-1468)

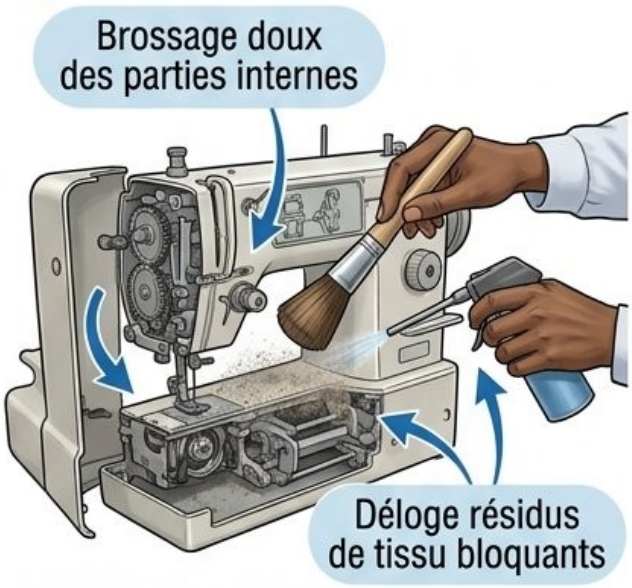
Figure 3

Gros plan sur le nettoyage minutieux d'une machine à coudre

a. Les outils de précision

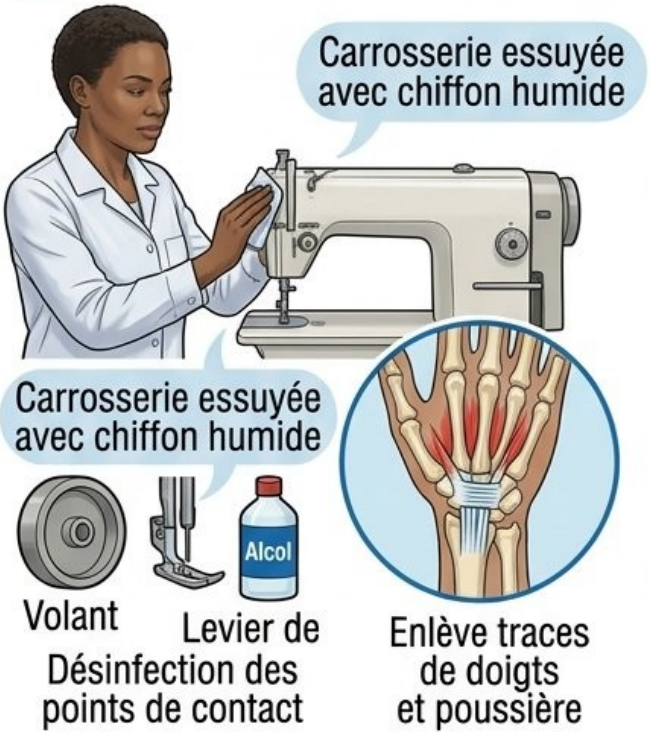


b. Le dépoussiérage mécanique



Attention: 80% des pannes mineures dues à un mauvais entretien

c. L'entretien des surfaces externes



d. La lubrification finale

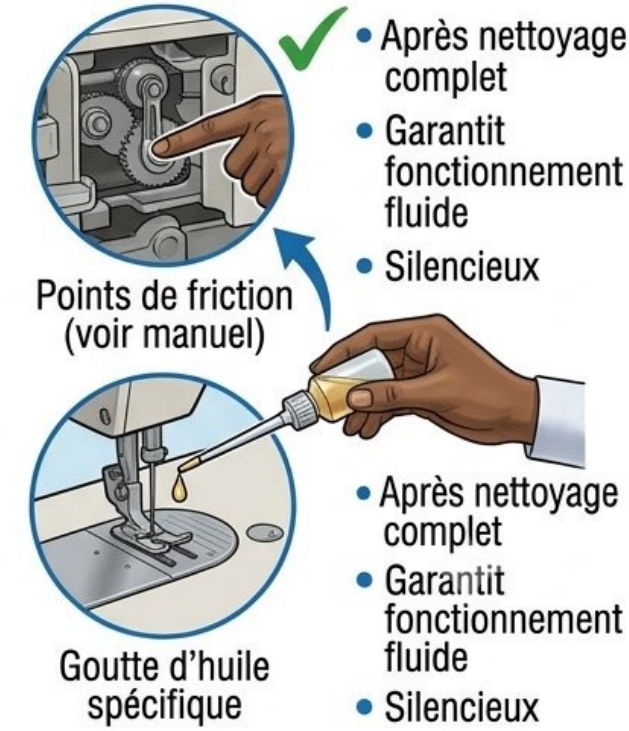


Figure 3 : Réf. IMG (8449-7629-1468)

Gros plan sur le nettoyage minutieux d'une machine à coudre

a. Les outils de précision

Observer l'usage d'un petit pinceau à poils souples et d'un chiffon microfibre. Ces outils permettent d'atteindre les zones difficiles d'accès de la machine sans l'abîmer. Ils sont essentiels pour retirer les amas de fils et la poussière du mécanisme de la canette.

b. Le dépoussiérage mécanique

Le geste principal est le brossage doux des parties internes. Le but est de déloger les résidus de tissu qui peuvent bloquer la mécanique et absorber l'huile de lubrification. Un mauvais entretien cause 80% des pannes mineures sur une machine à coudre.

c. L'entretien des surfaces externes

La carrosserie de la machine est ensuite essuyée avec un chiffon légèrement humide pour enlever les traces de doigts et la poussière. Les points de contact comme le volant ou le levier de pied-presseur sont désinfectés avec un chiffon imbibé d'alcool.

d. La lubrification finale

Après le nettoyage complet, une goutte d'huile spécifique pour machine à coudre est appliquée sur les points de friction indiqués dans le manuel d'utilisation. Cette étape cruciale, réalisée sur une machine propre, garantit un fonctionnement fluide et silencieux.

■ ■ ■

C. Entretien spécifique du matériel

Chaque outil demande une attention particulière pour durer et rester performant.

- **Les ciseaux** : Les lames doivent être essuyées après chaque usage avec un chiffon sec. Pour la désinfection, un passage avec un coton imbibé d'alcool à 70° est parfait. Ne jamais les laisser humides.

- **La machine à coudre** : Un dépoussiérage quotidien avec un pinceau est obligatoire. Un nettoyage en profondeur et une lubrification sont recommandés chaque semaine, selon l'intensité d'utilisation.
- **Le fer à repasser** : La semelle doit être nettoyée à froid avec des produits spécifiques pour éviter de tacher les tissus. Vider l'eau du réservoir après chaque utilisation prévient la formation de calcaire.

Anecdote : La robe de mariage de Bukavu

Maman Alphonsine, une couturière réputée du Sud-Kivu, préparait la robe de mariage de la fille d'un notable. À quelques jours de la cérémonie, son fer à repasser, jamais détartré, a craché un jet d'eau rouillée sur le bustier en satin blanc. Panique totale. La tache était indélébile. Elle a dû passer une nuit blanche à démonter la robe pour remplacer la pièce de tissu souillée. Depuis ce jour, elle raconte à toutes ses apprenties que le vinaigre blanc pour détartrer le fer coûte moins cher qu'une réputation perdue. Un atelier propre, c'est aussi un matériel bien entretenu. L'un ne va pas sans l'autre. La leçon fut dure, mais sa renommée de perfectionnisme n'en fut que plus grande.

Exercice 1 : Le plan de nettoyage de l'atelier de Mputu

Énoncé : Mputu vient d'ouvrir son premier petit atelier de couture à Kananga, au Kasaï-Central. L'espace fait 15 m² avec une table de coupe, une machine à coudre et une étagère. Établis la liste de ses tâches de nettoyage quotidiennes et hebdomadaires.

Résolution pas-à-pas :

1. **Étape 1 : Définir les tâches quotidiennes (15 minutes)**
   - Le soir, ranger les tissus et patrons.
   - Dépoussiérer la machine à coudre au pinceau.
   - Essuyer la table de coupe avec une éponge humide.
   - Effectuer un balayage humide du sol.
   - Vider la poubelle.
2. **Étape 2 : Définir les tâches hebdomadaires (1 heure)**
   - Le samedi après-midi, par exemple.
   - Dépoussiérer l'étagère et les objets en hauteur.
   - Nettoyer et désinfecter la table de coupe.
   - Faire le nettoyage complet de la machine (démontage plaque à aiguille, huilage).