

APPRENDRE À COUDRE sa lingerie et ses maillots de bain



+ 7 VIDÉOS
techniques avec

ARTESANE

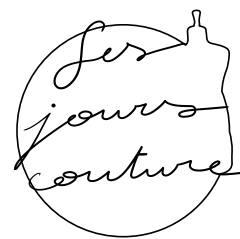


26 leçons et 8 créations expliquées en pas à pas

MANGO

APPRENDRE À COUDRE *sa lingerie*
et ses maillots de bain

avec Charlotte Jaubert



Photographies : Nathalie Carnet

Stylisme : Marie Mersier

MANGO

SOMMAIRE

<i>Introduction</i>	4	Le montage du fond de culotte	23
◆ <i>La leçon de couture</i>		Le montage de l'attache body	24
Le matériel	6	Sans couture, sans élastique	25
Lexique de la culotte	10	La doublure bonnet du triangle	26
Lexique du soutien-gorge	11	Coudre une trim de dentelle	26
Les différents bas	12	La doublure bonnet du soutien-gorge avec armature	27
Les différents soutiens-gorge	13	Coudre un protège armature	28
Choisir la bonne taille	14	Coudre une attache soutien-gorge	30
Ajouter les valeurs de couture	15	Le montage de la bretelle	31
Les coutures zigzag	16	<i>Techniques maillot de bain</i>	
Les coutures surjets	17	Utiliser un cutter rotatif	32
<i>Techniques lingerie</i>		Coudre une laminette	32
Coudre un élastique plat en interne	18	Coudre une doublure maillot de bain	34
Coudre un élastique simple ou sans bordure	19	Coudre une bande à nouer au maillot	35
Coudre un élastique avec picots	20	Coudre une doublure mousse sur une culotte	36
Coudre un biais élastique	21	Faire ses bretelles spagetti	37
Les jonctions des élastiques	22		

◆ *Les modèles*



La quotidienne 42



La girly 50



La joueuse 58



La délicate 68

INTRODUCTION

Vous voulez créer votre lingerie à votre image ? Vous êtes amoureuse d'une lingerie à la fois simple, girly, joueuse et délicate ?

Je vous propose 15 patrons de lingerie et de maillot de bain avec 4 ensembles de lingerie et 4 ensembles de maillot de bain, classés par niveaux de difficultés. Dans ce livre, nous retrouvons des pièces emblématiques comme le soutien-gorge avec armature, le body ou encore le triangle. N'hésitez pas à mixer les pièces, à changer de matière, d'élastiques et surtout à vous amuser ! Nous savons que chaque corps est singulier, c'est ce qui rend la couture de lingerie complexe. N'hésitez pas ! N'ayez pas la peur de modifier et de faire évoluer les modèles pour qu'ils soient adaptés à votre morphologie.

Le but de ce livre est de se faire plaisir en cousant sa propre lingerie et en apprenant les différentes techniques qui caractérisent la corsetterie. Prenez votre temps pour réaliser vos panoplies, la lingerie demande patience et minutie. Mais faites-vous confiance !

J'espère que ce livre vous apportera un soutien et une aide dans vos moments de couture. Je serai une petite souris pour admirer chacune de vos créations.

Charlotte



*La leçon
de couture*



LE MATÉRIEL



Pour coudre votre lingerie et votre maillot de bain, il vous faudra réunir différents matériels et fournitures.

Dans sa trousse de couture

- ♦ Épingle extra-fine
- ♦ Aiguilles machine fine taille 70 et pour tissu stretch
- ♦ Fil mousse
- ♦ Petits ciseaux
- ♦ Découd-vite
- ♦ Stylo à encre effaçable
- ♦ Mètre ruban
- ♦ Crayon à papier
- ♦ Règle
- ♦ Cutter rotatif
- ♦ Planche à découpe
- ♦ Papier à patron



Choisir sa machine

La machine familiale

Vous pouvez tout à fait commencer à réaliser vos sous-vêtements avec une machine familiale. Il faut qu'elle puisse réaliser un bon point zigzag. Sur certaines machines, il existe des points stretch, des points surjet... qui pourront remplacer ceux de la surjeteuse. Certaines machines ont un double entraînement, qui se nomme l'IDT. C'est une grande aide dans la lingerie et le maillot de bain, pour les tissus difficiles et pour les épaisseurs, au niveau des jonctions élastiques mais aussi des épaisseurs de tissus comme le Lycra et la laminette. Cela permet d'avoir des coutures et surpiqûres parfaites avec un entraînement de machine régulier.

La surjeteuse

Elle n'est pas obligatoire ! Dans les leçons, je vous explique comment réaliser les modèles avec une machine familiale. La surjeteuse permet d'avoir un point au rendu impeccable, et avec rapidité, grâce au couteau qui va éliminer toutes les aspérités.

Choisir ses tissus

Pour un meilleur maintien et un meilleur confort, on utilise des tissus avec de l'élasthanne, aussi appelé *spandex*. Les fibres les plus souvent utilisées dans la lingerie sont le polyamide et le polyester, mais on constate une préférence pour le polyamide. Il est très doux et léger au porté, et procure un effet « seconde peau ».

Jersey de coton

La maille jersey est une maille simple permettant la réalisation de tee-shirt, de body, etc. Il existe différents grammages : pour le fond de culotte, prenez un grammage assez fin, doux et souple.

Marquissette

La marquissette est un tulle en nylon qui permet le blocage ou la stabilisation des matières. Nous allons aussi nous en servir pour le séparateur sur le soutien-gorge avec armature ainsi que la basque (voir Lexique du soutien-gorge, page 11).

Dentelle stretch ou bloquée, en galon ou en laize

Vous pouvez utiliser une dentelle avec ou sans élasthanne. Une dentelle stretch permet un meilleur confort au porté. Il existe différentes dentelles avec plus ou moins de relief, faites attention à leur confort.

La dentelle existe en galon, c'est-à-dire que vous avez une bande de dentelle avec des dents de part et d'autre de la bande. Il existe différentes largeurs de galon. Une laize de dentelle est une dentelle au mètre avec la lisière et la partie dent de dentelle.

Il existe aussi des petites trims de dentelles soit bloquées, soit stretch avec des dents plus ou moins fantaisie. La trim de dentelle viendra souligner et apporter du style à votre lingerie, sur un décolleté ou sur le bord d'une culotte.

Powernet (light, médium, strong)

Le *powernet* est une maille Raschel stretch avec une élasticité plus ferme qu'une résille simple.

Elle s'utilise le plus souvent dans des modèles gainants, sculptants pour les culottes gainantes, ou en tissu doublé dans les dos de soutien-gorge, pour un meilleur maintien et soutien.

Il existe différentes « forces de tension » *light, médium et strong*.

Microfibre

Cette matière permet un effet seconde peau, très agréable à porter au quotidien.

Trim de dentelle

La trim de dentelle est un petit ruban ou un petit galon qui peut être en dentelle bloquée ou stretch. Elle permet d'habiller, des finitions, des décolletées et des bords avec fantaisie et raffinement.

Résille

La résille est une maille Raschel stretch avec une élasticité souple. Elle s'utilise souvent en lingerie. Elle est fine et très agréable au porté. Elle apporte une certaine transparence à la pièce.

La teinture

Il existe des teintures pour teindre du polyester, de la polyamide ou du nylon. Vous pouvez donc acheter un tissu blanc ou beige et le teindre si vous ne trouvez pas votre couleur. Dans le livre le body, la joueuse et la délicate sont des dentelles et résilles entièrement teints.

Il existe de nombreuses autres matières qui peuvent convenir à la lingerie : la maille de coton, la résille, le satin extensible, le jersey fantaisie, le Lycra, la viscose, etc. Il faut surtout que votre matière contienne un minimum d'élasthanne. Le mieux reste de choisir un tissu qui vous fait envie, qui vous ressemble et que vous souhaitez travailler.

Pour choisir votre tissu de maillot de bain, voici quelques points importants.

Le tissu maillot de bain doit être résistant au chlore, au sel, au soleil, sécher rapidement et vous apporter un confort dans vos mouvements.

Pour cela il vous faut un tissu composé d'élasthanne, avec du polyamide ou du polyester.

Vous entendrez souvent parler de Lycra, qui est en fait une marque commerciale déposée. L'amalgame est souvent fait entre le Lycra et l'élasthanne. En anglais nous parlons de *spandex* ou d'élasthanne. Le Lycra peut s'étirer à 600 % et reviendra à sa forme initiale sans être déformé. C'est un tissu à mémoire de forme.

- ♦ Il doit avoir un pourcentage minimum de 10 % d'élasthanne.
- ♦ Il doit être bi-extensible, c'est-à-dire extensible dans sa hauteur et sa longueur.
- ♦ Il doit avoir un minimum d'opacité car une fois mouillé, la transparence est plus prononcée.
- ♦ Il peut se trouver en mat et brillant, uni ou à motif.



10



1

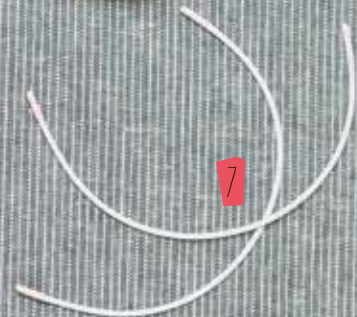


4

9



1



7



1



8



2



3



1



6



5

Les fournitures

1 Élastique

Il existe différents élastiques : avec bordure (on dit aussi « avec picots »), fantaisie, sans bordure, biais élastique, passepoil élastique. Tous ces élastiques existent dans différentes largeurs. Les élastiques sont très importants en lingerie, ils permettent de maintenir la lingerie près du corps, d'accompagner les mouvements au quotidien sans créer de gêne. Ils doivent être souples et avoir une bonne tension : après extension de l'élastique, celui-ci doit reprendre sa forme initiale.

2 Laminette

La laminette est un élastique en caoutchouc, principalement utilisé pour les maillots de bain. Elle a une grande résistance au chlore, au sel, et aux variations de température. Cependant, contrairement aux élastiques de lingerie, elle ne peut être utilisée à même la peau, elle doit toujours être emprisonnée dans des coutures.

3 Bretelle

Les élastiques bretelles sont des élastiques tissés avec une bonne résistance à la tension, ils sont plus rigides qu'un élastique plat. Ils jouent un rôle important et permettent de maintenir les bonnets de soutien-

gorge proches de la poitrine. Ils apportent une aide au maintien de la poitrine, même si ce n'est pas leur premier rôle. Il existe différentes largeurs de bretelle, en fonction du bonnet de soutien-gorge.

Une petite poitrine peut porter des bretelles fines mais une poitrine plus généreuse doit avoir des bretelles plus larges pour un meilleur maintien et un meilleur confort. Les bretelles risquent sinon de vous blesser.

4 Anneaux et réglottes

Les anneaux et réglottes permettent de régler les bretelles de soutien-gorge pour mieux s'adapter à la morphologie.

5 Attache soutien-gorge

L'attache soutien-gorge ou agrafe soutien-gorge permet de fermer et régler avec plus ou moins de tension le soutien-gorge.

6 Attache body

L'attache body ou bouton-pression sur bande permet de fermer le body par l'entrejambe.

7 Armature

L'armature est une fourniture importante dans le soutien-gorge, elle se situe tout autour du bonnet. Elle va soutenir la poitrine et renforcer le devant du soutien-gorge. Il est très important que l'armature

soit à votre taille pour qu'elle puisse jouer son rôle. Elle est en métal et il existe différentes formes et tailles en fonction de votre soutien-gorge et de votre taille.

8 Cache armature, protège armature, passe armature Cache baleine, protège baleine, passe baleine

C'est une bande de tissu gratté à l'aspect pelucheux et tout doux, en biais, formant une petite coulisse dans laquelle on glisse l'armature ou la baleine.

9 Baleine

Cette lame en plastique ou en métal souple est utilisée sur le coté de votre soutien-gorge ou sur les corsets pour apporter une structure au tissu. Autrefois, on utilisait des fanons de baleine, d'où son nom ; il ne faut pas la confondre avec l'armature. Son rôle est de renforcer une forme.

10 Nœuds et pampilles

Les nœuds existent de différentes matières : satin, coton, dentelle... et différentes tailles en fonction du style que vous souhaitez. Les pampilles peuvent être des perles, des breloques, que vous pouvez mettre sur le bikini ou sur l'entre-sein de soutien-gorge.

COUDRE UNE ATTACHE SOUTIEN-GORGE

Il existe différentes attaches, dites aussi « agrafe soutien-gorge », avec une, deux ou trois portes de crochets, de différentes tailles et de différentes largeurs. Il ne faut pas négliger le choix de l'attache car elle dépend le plus souvent du modèle de soutien-gorge. Le maintien sera plus ou moins important selon l'attache choisie : les plus larges sont donc à privilégier pour les poitrines généreuses !



1 L'attache soutien-gorge présente un côté mâle, les crochets, et un côté femelle, les petites boucles. Le côté femelle se pose sur la gauche du soutien-gorge et le côté mâle sur la droite du soutien-gorge.



2 Ouvrez les deux attaches.



3 Rentrez la valeur de couture du dos dans l'attache et épinglez bien. C'est à ce moment que l'on s'aperçoit si les élastiques sont bien cousus en respectant les valeurs de couture... Si ce n'est pas le cas il y aura du jeu ou il ne rentrera pas.



4 Cousez en point zigzag serré tout le long. Sur cette attache, un vrai point de tension se crée. N'hésitez pas à repasser une deuxième fois sur la couture pour la consolider.



5 Vérifiez que la valeur de couture de votre dos est bien cousue à votre attache. Il vous suffit de créer une tension pour vérifier.



6 Réalisez les mêmes étapes pour la partie mâle.



Les modèles



◆ LA GIRLY



LA GIRLY, MAILLOT DE BAIN

Voici le fameux bikini, l'incontournable des plages et des piscines !
Nous allons mixer un haut bikini avec un shorty. Nous allons lui apporter une petite touche personnelle avec des « spaghetti » tressés et de petits trésors perdus...

Matériel

- ♦ 80 cm de Lycra mat en 1 m 40
- ♦ 50 cm de doublure mousse en 1 m 40
- ♦ 2 m de laminette
- ♦ Petites pampilles, perles, boutons...

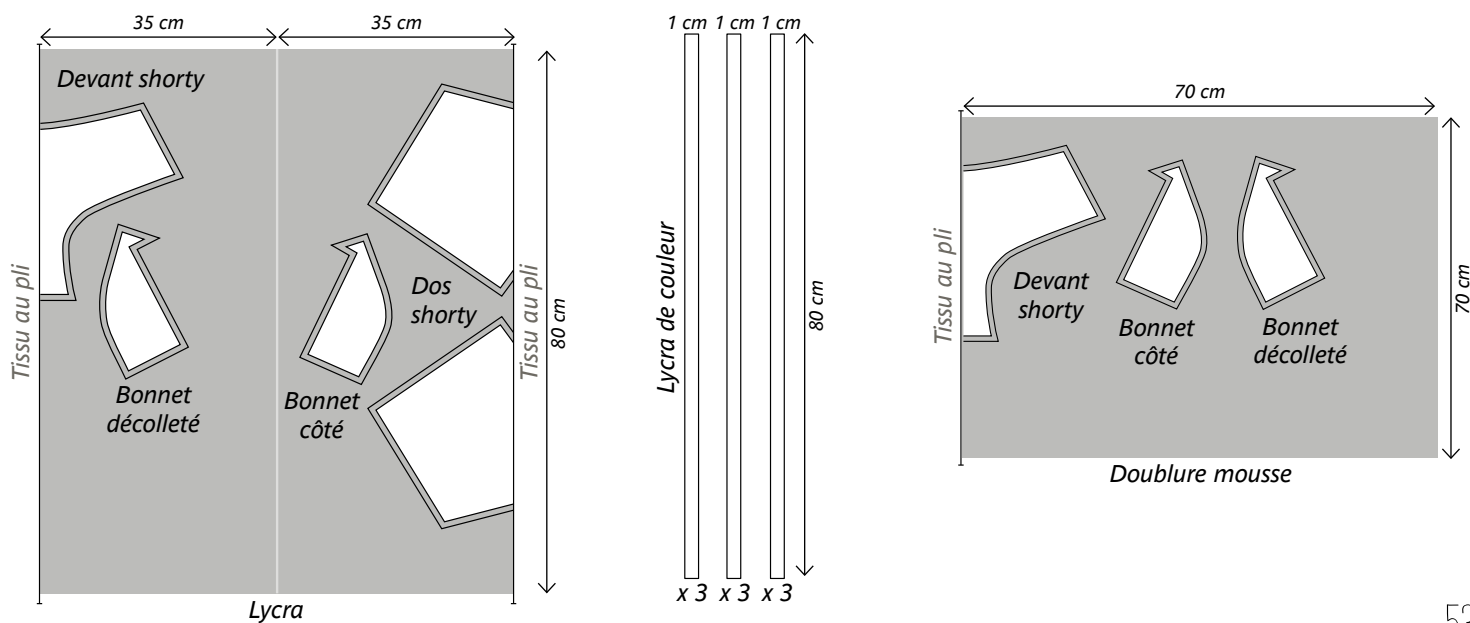
Techniques utilisées

- ♦ *Sans couture et sans élastique*, page 25
- ♦ *La doublure bonnet du triangle*, page 26
- ♦ *Coudre une laminette*, page 32
- ♦ *Utiliser un cutter rotatif*, page 32
- ♦ *Faire ses spaghetti*, page 37

Instructions de coupe

Patron tracé en rose / planche Maillot de bain

La grande élasticité de la doublure mousse est un avantage mais ne facilite pas sa découpe et son utilisation. Je vous conseille de bien la repasser avant de couper les morceaux. Au moment de la coupe, enlevez 0,5 cm pour qu'elle soit légèrement plus petite.



Remerciements de l'auteur

Je remercie mon éditrice Mélanie Jean de rendre ce livre possible et de m'avoir fait confiance.

Je remercie de leur bienveillance mes partenaires qui ont su m'apporter une aide précieuse et leur soutien tout au long de cette aventure. Merci à vous, Artesane, Diffus' Laine, France Duval Stalla, Mercerine et Pfaff.

Merci à Nathalie, Marie et Zoé pour ce sensible shooting photo.



Direction : Guillaume Pô
Direction éditoriale : Tatiana Delesalle
Édition : Mélanie Jean
Direction artistique : Chloé Eve
Mise en pages : Patrick Leleux PAO
Photographie : Nathalie Carnet
Modèle : Zoé Marty
Stylisme : Marie Mersier
Direction de fabrication : Thierry Dubus
Suivi de fabrication : Axelle Hosten

© Éditions Mango
Mango, une marque de Fleurus Éditions
15-27 rue Moussorgski 75898 Paris Cedex 18
www.mangoeditions.com
1^{re} édition - N° d'édition : M18065
ISBN : 9782317012624
Code MDS : 63648
Achévé d'imprimer en mars 2018 par Estella
Print en Espagne
Dépôt légal : avril 2018

Cet ouvrage est exclusivement réservé à l'usage privé. Toute reproduction des modèles destinée à la vente est interdite.



Remerciements

L'éditeur et l'autrice remercient Diffus' Laine et Mercerine pour leurs tissus (résille, dentelle, jersey, lycra mat et brillant, doublure mousse...) et leurs fournitures (trim de dentelle, armature, baleine souple, agrafe dos, élastiques simples fins et larges...).



5, avenue Robert Shuman
33170 Gradignan

MERCERINE
www.mercerine.com

L'éditeur et l'autrice remercient France Duval Stalla qui a fourni les jolis élastiques.

Retrouvez sa boutique au 72 rue Mazarine, 75006 Paris.
www.franceduval.com



France Duval-Stalla

L'éditeur et l'autrice remercient la marque Pfaff. La machine à coudre qui a servi pour les photos en pas à pas est le modèle Ambition 1.0.

www.pfaff.com/fr-FR/

Remerciements de la styliste

Marie remercie PaperMint, Fleux, Marion Graux et Blou.

Lien internet des vidéos :

<https://www.artesane.com/fr/lingerie-couture-zigzag-surjet/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/lingerie-pose-elastiques/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/lingerie-trim-dentelle-elastique-interne/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/lingerie-attaches-body/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/maillot-pose-laminette/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/maillot-coudre-doublure-mousse/dashboard>
<https://www.artesane.com/fr/maillot-bretelles/dashboard>



CONFECTIONNEZ vos premiers sous-vêtements et maillots de bain !

Vous rêvez de créer vos culottes, soutiens-gorge et body mais ne savez pas utiliser un cutter rotatif ? Grâce aux nombreuses photographies en pas à pas et aux conseils avisés de Charlotte, apprenez les techniques de base de la couture de lingerie et maillot de bain. Réalisez 4 ensembles de lingerie et 4 maillots de bain, de la simple brassière au soutien-gorge à armatures en passant par le body.

Spécialement conçu pour les débutantes en couture de lingerie et de maillot de bain, ce livre propose :

- ◆ 26 leçons accompagnées de photos en pas à pas pour s'initier : pose d'un élastique à picots, création d'un fond de culotte et couture de la dentelle n'auront plus de secret pour vous !
- ◆ 4 ensembles de lingerie et 4 maillots de bain présentés par ordre de difficulté, pour progresser rapidement.
- ◆ 1 feuille de patrons à taille réelle, disponibles en six tailles (34, 36, 38, 40, 42 et 44 pour les bas, XS, S, M, L pour les hauts).

En supplément :
7 vidéos techniques visibles par QR codes



www.mangoeditions.com

Prix France TTC : 14,95 €
MDS : 63648

