

# choisissez votre taille idéale de patron

Apprenez comment utiliser vos propres mesures pour déterminer votre taille de patron

## REGARDEZ LA TAILLE D'UN ŒIL NEUF

Commencez en abandonnant toute supposition sur la taille que vous portez. Ensuite, pensez à la dernière fois que vous êtes allé acheter des vêtements. Est-ce que tous les vêtements de « votre » taille s'ajustaient à votre corps ? Bien sûr que non ! Les mesures standard du corps varient d'un fabricant de vêtements à un autre. Et les mesures utilisées par vos marques favorites de prêt-à-porter ne se correspondent pas toujours avec d'autres marques prêt-à-porter ou avec les mesures standards qui sont utilisées pour faire les patrons. La bonne nouvelle est que les patrons sont basés sur des mesures standard du corps. Une fois que vous avez comparé vos mesures du corps avec les mesures standard du corps, vous pouvez choisir votre taille (ou tailles) du patron et être prêt à coudre.

## MESUREZ & COMPAREZ

La façon de déterminer la taille du patron est de prendre des mesures précises du corps, puis comparez-les avec les mesures standard. Dans certains cas, votre taille du patron peut être une ou deux tailles plus grandes que votre taille prêt-à-porter. Mais S'IL VOUS PLAÎT, ne laissez pas les idées préconçues soient un obstacle pour un bon ajustement. Qui peut savoir quelle taille de patron vous utilisez ? Un vêtement de bon ajustage à l'air impeccable et il n'aura certainement pas d'étiquettes de tailles cousues dans vos vêtements finis ! C'est aussi une bonne idée de reprendre vos mesures chaque six mois. Les contours du corps et les mesures changent si vous perdez ou gagnez du poids. Ce sont ces mesures qui vont vous guider.

## FAQs d'AJUSTEMENT

**Q** Pourquoi tous les patrons de la même taille ne s'ajustent pas de la même façon ?

**R** La raison on la connaît comme « aisance », la quantité d'ampleur ajoutée au patron. Il y a deux sortes d'aisance. L'aisance du port est le minimum de « marge de mouvement » incorporé dans le vêtement. Tous les vêtements, sauf les maillots de bain et quelques vêtements en tricot, ont de l'aisance du port. L'aisance du design est la quantité extra qui crée le look prévu. Si un patron en particulier est trop grand ou trop petit pour vous, il se peut que la quantité d'aisance du design ne soit pas en proportion avec votre ossature. Avant d'acheter un patron, vérifiez les illustrations et les photos. Ceci vous aidera à connaître l'intention du designer.

**Q** Y a-t-il une façon de savoir combien d'aisance il y a dans un patron en particulier ?

**R** Les photos et les présentations d'art, les illustrations techniques et les mesures du vêtement fini sur la pochette du patron indiquent comment le vêtement

est conçu pour s'ajuster.

Les mesures du vêtement fini des zones clés sont données sur la plupart de pochettes du patron en plus d'être imprimées sur le papier de soie du patron. Remarquez que les mesures du vêtement finis comprennent l'aisance du port et l'aisance du design incorporé dans le patron. Si vous ne pouvez pas visualiser ce que ces mesures signifient, mesurez-les et comparez-les avec les vêtements que vous avez déjà dans votre garde-robe. Vous pouvez même utiliser un mètre pour voir combien d'ampleur il y a sur votre corps.

**Q** Qu'est-ce qui se passe si ma hauteur et la mesure de la longueur dos sont plus courtes que les mesures standard pour ma taille du patron ?

**R** Si vous mesurez moins de 1,67 m et votre longueur dos est au moins 2,5 cm moins courte que celle correspondante à votre taille de buste, vous êtes probablement une taille de Petite jeune femme. Cherchez les patrons pour « Jeunes femmes » avec le

logo spécial « Ajustage pour petite jeune femme ». Ceux-ci vous donneront des instructions pour ajuster les proportions longitudinales du patron en fonction de votre petite silhouette.

**Q** Quelle est ma taille dans les patrons, Petit, Moyen et Grand ?

**R** Les patrons pour les tailles Petit, Moyen et Grand sont coupés pour la taille plus grande dans chaque désignation. Les patrons unisexe, vue qu'ils sont conçus pour s'ajuster aux hommes et aux femmes, utilisent la mesure de la poitrine de l'homme pour déterminer le rang de taille. Pour ces patrons, faites coïncider votre mesure de buste avec la mesure de poitrine.

**Q** Je suis d'une taille différente en haut et en bas. Y a-t-il des méthodes rapides pour ajuster le patron ?

**R** Les patrons multi tailles sont la solution parfaite. Comme plusieurs tailles sont imprimées sur le même papier de patron, vous pouvez suivre les lignes de coupe pour votre taille sur chaque zone du corps.

## SUIVEZ CES TROIS ÉTAPES SIMPLES POUR DÉTERMINER VOS TAILLES DE PATRON

*Nous disons « tailles » parce que vous trouverez peut-être que votre taille de veste/chemisier/haut/robe est différente de votre taille de jupe ou de pantalon.*

### ÉTAPE 1 : MESUREZ VOTRE CORPS

En utilisant le mètre, mesurez et notez vos mesures du corps personnelles ; buste, poitrine haute/poitrine, taille et hanches fortes.

### ÉTAPE 2 : STANDARDS DU PATRON

Rapportez-vous aux tableaux de Mesures de corps standard pour Jeunes femmes ou Femmes. Trouvez les mesures standard qui sont les plus proches de vos mesures personnelles pour le buste, la taille et les hanches. Remplissez chaque mesure et sa taille correspondante de patron (celle qui sera votre taille de patron préliminaire) dans les espaces appropriés sur les deux colonnes suivantes. Si vous êtes entre deux tailles, écrivez les deux tailles.

Par exemple, si votre buste mesure 95 cm, la mesure standard plus proche est 97 cm, c'est-à-dire taille 16 comme taille

préliminaire. Si votre buste mesure 94 cm, vos choix de taille préliminaire du patron sont taille 14 (buste 92 cm) ou taille 16 (buste 97 cm).

### ÉTAPE 3 : TAILLE FINALE DU PATRON

La Mesure du buste détermine la taille finale du patron pour les hauts, les robes, les vestes & les manteaux. Cependant, il y a une exception. Les patrons sont esquissés pour la silhouette bonnet B. Si votre taille de bonnet est plus grande qu'un B, elle affectera la façon d'ajuster du patron. Utilisez vos Feuilles de mesures pour déterminer la taille de bonnet. Soustrayez les mesures de votre Poitrine haute/Poitrine de la mesure du Buste.

### VOICI CE QUE SIGNIFIE LA DIFFÉRENCE :

Moins de 6.3 cm :	bonnet A ou B.
de 6.3 cm à 7.5 cm :	bonnet C.
de 8.8 cm à 10 cm :	bonnet D.
10 cm ou plus :	bonnet plus grand que D.

Si vous utilisez un bonnet B ou plus petit, utilisez la mesure du Buste pour déterminer la taille finale du patron. Si vous utilisez un bonnet C ou plus grand, faites coïncider la mesure de la Poitrine haute/Poitrine avec la mesure du Buste du tableau de Mesures de corps standard pour déterminer la taille finale du patron. Ceci assurera un bon ajustement sur les zones compliquées à ajuster comme les épaules, l'encolure, la poitrine et le dos supérieur.

### ASTUCES D'AJUSTEMENT

Si vous êtes entre deux tailles, voici quelques facteurs à considérer :

1. Ossature. Si vous avez une ossature fine, choisissez la taille plus petite ; si vous avez une ossature forte, choisissez la plus grande.
2. Préférence d'ajustage. Si vous aimez un ajustement moulant, choisissez la taille plus petite ; si vous préférez un ajustement ample, cherchez la plus grande.
3. Silhouette de mode. Plus moulante la silhouette, plus vous êtes sûre de choisir la plus grande taille.

Si votre taille de bonnet est plus grande que B, vous obtiendrez un meilleur ajustement si vous cherchez des modèles avec des pinces sur la poitrine et augmentez la taille de la pince. Cherchez des patrons avec de pièces de patron séparées incluses pour les tailles de bonnet B, C et D.

La Mesure de la taille détermine la taille finale du patron pour les jupes qui ne sont pas ajustées dans la zone des hanches.  
La Mesure des hanches détermine la taille finale du patron pour le pantalon et la plupart de jupes.

# mesures du corps pour jeunes femmes en pouces et en centimètres

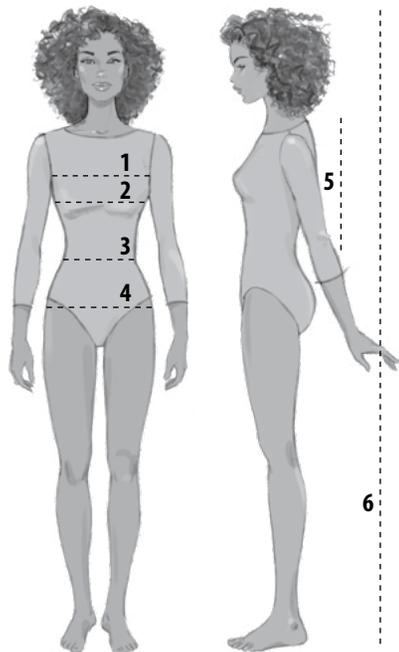
**JEUNES FEMMES** : environ de 5'5" à 5'6" (165 cm à 167 cm) de hauteur. **PETITES JEUNES FEMMES** : environ de 5'2" à 5'3" (157 cm à 160 cm) de hauteur.

Les patrons pour jeunes femmes sont faits pour un bonnet B avec une différence de 2" (5 cm) entre les mesures du buste et de la poitrine haute.

RANG DE TAILLES	TP		P		M		G		TG		TTG													
<b>Américaines</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>26</b>												
Européennes	30	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52												
Françaises	32	34	36	38	40	42	44	46	48	50	52	54												
MESURES DU CORPS	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.		
Poitrine haute	27½	70	28½	73	29½	75	30½	78	32	81	34	87	36	92	38	97	40	102	42	107	44	112	46	117
Buste	29½	75	30½	78	31½	80	32½	83	34	87	36	92	38	97	40	102	42	107	44	112	46	117	48	122
Taille	22	56	23	58	24	61	25	64	26½	67	28	71	30	76	32	81	34	87	37	94	39	99	41½	104
Hanches	31½	80	32½	83	33½	85	34½	88	36	92	38	97	40	102	42	107	44	112	46	117	48	122	50	127
Longueur dos	15¾	39	15½	39.5	15¾	40	16	40.5	16¼	41.5	16½	42	16¾	42.5	17	43	17¼	44	17½	44.5	17¾	45	18	46
Longueur dos petite	14	35.5	14¼	36	14¾	37.5	15	38	15¼	39	15½	39.5	15¾	40	16	40.5	16¼	41	16½	42	16¾	42.5	17	43

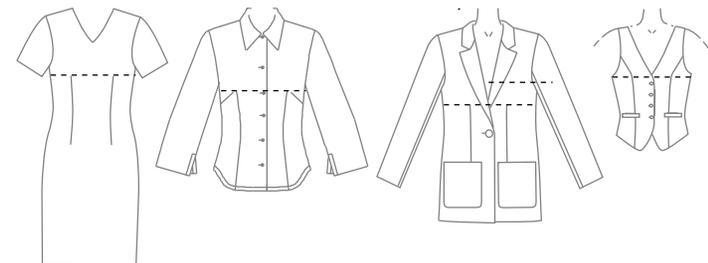
## JEUNES FEMMES

- Poitrine haute
- Buste
- Taille
- Hanches
- Longueur dos
- Hauteur



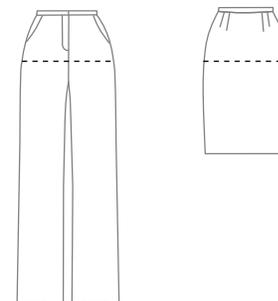
## HAUTS

La mesure du Buste détermine la taille.



## PARTIES INFÉRIEURES

La mesure des Hanches détermine la taille.



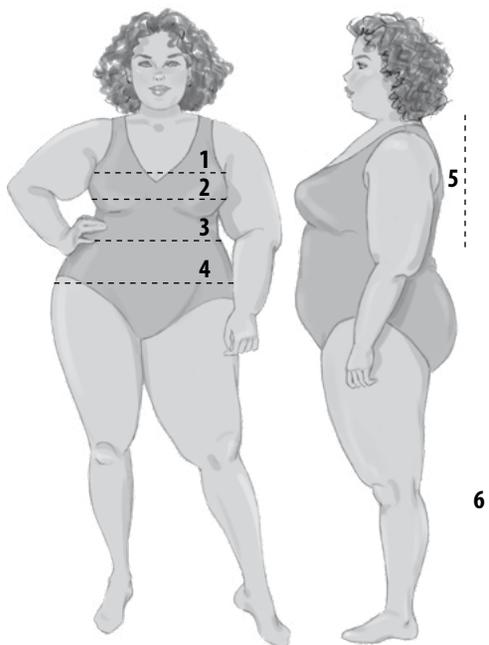
# mesures du corps pour femmes en pouces et en centimètres

**FEMMES** : environ de 5'5" à 5'6" (165 cm à 167 cm) de hauteur. **PETITES FEMMES** : environ de 5'2" à 5'3" (157 cm à 160 cm) de hauteur.  
Les patrons pour femmes sont faits pour un bonnet C avec une différence de 1" (2.5 cm) entre les mesures du buste et de la poitrine haute.

RANG DE TAILLES	G		1X		2X		3X		4X		5X													
Américaines	16W	18W	20W	22W	24W	26W	28W	30W	32W	34W	36W	38W												
Européennes	42	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64												
Françaises	44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66												
MESURES DU CORPS	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.						
Poitrine haute	37	94	39	99	41	104	43	109	45	114	47	119	49	124	51	130	53	135	55	140	57	145	59	150
Buste	38	97	40	102	42	107	44	112	46	117	48	122	50	127	52	132	54	137	56	142.5	58	147	60	152.5
Taille	31	79	33	84	35	89	37	94	39	99	41½	105	44	112	46½	118	49	124	51½	130	53	134	54½	138
Hanches	40	102	42	107	44	112	46	117	48	122	50	127	52	132	54	137	56	142	58	147	60	152	62	157.5
Longueur dos	16¾	42.5	17½	43	17¼	44	17¾	44	17½	44.5	17%	45	17¾	45	17¾	45.5	18	46	18%	46	18¼	46.5	18¾	47
Longueur dos petite	16	40.5	16½	41	16¼	41.5	16¾	42	16½	42	16%	42.5	16¾	42.5	16¾	43	17	43	17%	43.5	17¼	44	17¾	45.5

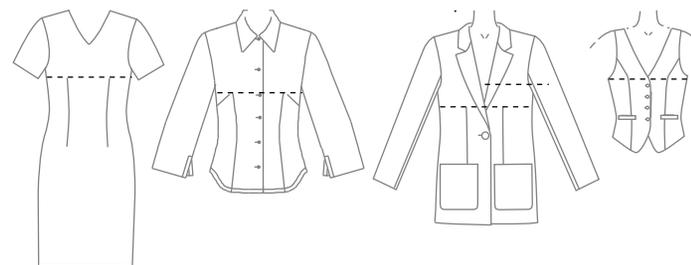
## FEMMES

- Poitrine haute
- Buste
- Taille
- Hanches
- Longueur dos
- Hauteur



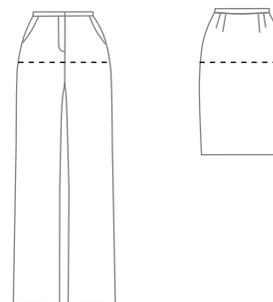
## HAUTS

La mesure du Buste détermine la taille.



## PARTIES INFÉRIEURES

La mesure des Hanches détermine la taille.



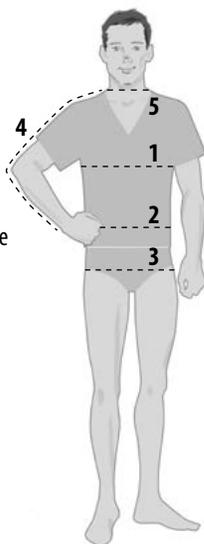
# mesures du corps pour hommes et unisexe en pouces et en centimètres

**HOMMES** : pour hommes de corpulence moyenne ; environ de 5'10" (177 cm) de hauteur.

HOMMES RANG DE TAILLES	TP		P		M		G		TG		TTG		TTTG													
<b>Américaines</b>	<b>32</b>		<b>34</b>	<b>36</b>	<b>38</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>44</b>	<b>46</b>	<b>48</b>	<b>50</b>	<b>52</b>	<b>54</b>	<b>56</b>												
Européennes / Françaises	42		44	46	48	50	52	54	56	58	60	62	64	66												
MESURES DU CORPS	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.										
Poitrine	32	81	34	87	36	92	38	97	40	102	42	107	44	112	46	117	48	122	50	127	52	132	54	137	56	142.5
Taille	27	68.5	28	71	30	76	32	81	34	87	36	92	39	99	42	107	44	112	46	117	48	122	50	127	52	132
Hanches (fond)	34	87	35	89	37	94	39	99	41	104	43	109	45	114	47	119	49	124	51	130	53	135	55	140	57	145
Manche de chemise	31	79	32	81	32	81	33	84	33	84	34	87	34	87	35	89	35	89	35	89	35	89	35	89	35	89
Pied de col	13½	34	14	35.5	14½	37	15	38	15½	39.5	16	40.5	16½	42	17	43	17½	44.5	18	46	18½	47	19	48.5	19½	49.5

## HOMMES

- 1 Poitrine
- 2 Taille
- 3 Hanches
- 4 Manche de chemise
- 5 Pied de col



## VESTE/GILET

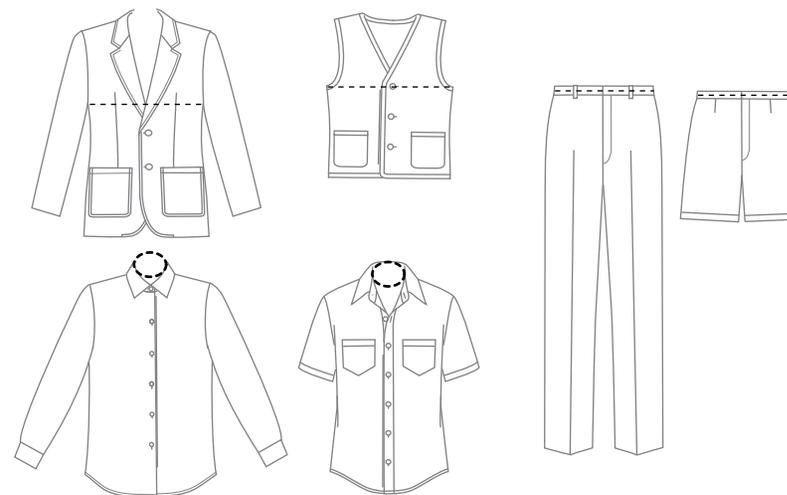
La mesure de la Poitrine détermine la taille.

## CHEMISE

La mesure de l'Encolure détermine la taille.

## PANTALON

La mesure de la Taille détermine la taille.



**UNISEXE** : les tailles unisexes sont basées sur des mesures d'hommes.

UNISEXE RANG DE TAILLES	TTP		TP		P		M		G		TG		TTG		TTTG	
	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.
Poitrine/Buste	<b>28-29</b>	71-74	<b>30-32</b>	76-81	<b>34-36</b>	87-92	<b>38-40</b>	97-102	<b>42-44</b>	107-112	<b>46-48</b>	117-122	<b>50-52</b>	127-132	<b>54-56</b>	137-142.5
Taille	<b>29-30</b>	74-76	<b>31-32½</b>	79-82	<b>35-37</b>	89-94	<b>39-41</b>	99-104	<b>43-45</b>	109-114	<b>47-49</b>	119-124	<b>51-53</b>	130-135	<b>55-57</b>	140-145

# mesures du corps pour enfants en pouces et en centimètres

**BÉBÉS** : pour bébés qui ne marchent pas encore.

BÉBÉ RANG DE TAILLES	TTP		TP		P		M		G	
	lbs.	kgs.	lbs.	kgs.	lbs.	kgs.	lbs.	kgs.	lbs.	kgs.
Poids	<b>jusqu'à 7</b>	jusqu'à 3	<b>7-13</b>	3-6	<b>13-18</b>	6-8	<b>18-21</b>	8-9.5	<b>21-24</b>	9.5-11
Hauteur	<b>in.</b>	<b>cm.</b>	<b>in.</b>	<b>cm.</b>	<b>in.</b>	<b>cm.</b>	<b>in.</b>	<b>cm.</b>	<b>in.</b>	<b>cm.</b>
	<b>jusqu'à 17</b>	jusqu'à 43	<b>17-24</b>	43-61	<b>24-26½</b>	61-67	<b>26½-31</b>	67-79	<b>31-34</b>	79-87

1



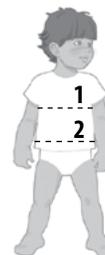
**BÉBÉS**

1 Hauteur

**PETITES ENFANTS** : entre un bébé et un enfant. Pantalon à valeur de couture pour la couche.

PETITES ENFANTS RANG DE TAILLES	1/2		1		2		3		4	
	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.
Poitrine	<b>19</b>	48	<b>20</b>	51	<b>21</b>	53	<b>22</b>	56	<b>23</b>	58
Taille	<b>19</b>	48	<b>19½</b>	50	<b>20</b>	51	<b>20½</b>	52	<b>21</b>	53
Hauteur	<b>28</b>	71	<b>31</b>	79	<b>34</b>	87	<b>37</b>	94	<b>40</b>	102

3



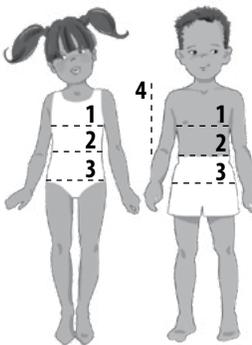
**PETITES ENFANTS**

1 Poitrine  
2 Taille  
3 Hauteur

**ENFANTS** : un enfant qui marche et sans couches.

ENFANTS RANG DE TAILLES	TP		P				M				G					
	2		3		4		5		6		6X		7		8	
	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.
Poitrine	<b>21</b>	53	<b>22</b>	56	<b>23</b>	58	<b>24</b>	61	<b>25</b>	64	<b>25½</b>	65	<b>26</b>	66	<b>27</b>	69
Taille	<b>20</b>	51	<b>20½</b>	52	<b>21</b>	53	<b>21½</b>	55	<b>22</b>	56	<b>22½</b>	57	<b>23</b>	58	<b>23½</b>	60
Hanches	–	–	–	–	<b>24</b>	61	<b>25</b>	64	<b>26</b>	66	<b>26½</b>	67	<b>27</b>	69	<b>28</b>	71
Longueur dos	<b>8½</b>	22	<b>9</b>	23	<b>9½</b>	24	<b>10</b>	25.5	<b>10½</b>	27	<b>10¾</b>	27.5	<b>11½</b>	29.5	<b>12</b>	31
Hauteur	<b>35</b>	89	<b>38</b>	97	<b>41</b>	104	<b>44</b>	112	<b>47</b>	119	<b>48</b>	122	<b>50</b>	127	<b>52</b>	132

5



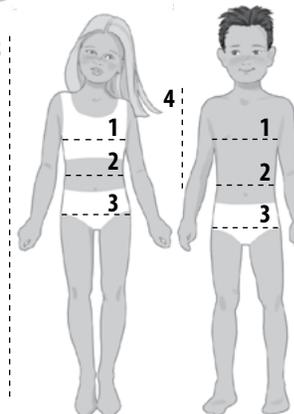
**ENFANTS**

1 Poitrine  
2 Taille  
3 Hanches  
4 Longueur dos  
5 Hauteur

**FILLETES/GARÇONS** : pour des fillettes et garçons en pleine croissance qui n'ont pas encore commencé à mûrir.

FILLETES/GARÇONS, FILLETES PLUS RANGE DE TAILLES	FILLETES ET GARÇONS												FILLETES PLUS									
	P				M				G				8½		10½		12½		14½		16½	
	7		8		10		12		14		16		in.		in.		in.		in.		in.	
	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.	in.	cm.
Poitrine	<b>26</b>	66	<b>27</b>	69	<b>28½</b>	73	<b>30</b>	76	<b>32</b>	81	<b>34</b>	87	<b>30</b>	76	<b>30½</b>	80	<b>33</b>	84	<b>34½</b>	88	<b>36</b>	92
Taille	<b>23</b>	58	<b>23½</b>	60	<b>24½</b>	62	<b>25½</b>	65	<b>26½</b>	67	<b>27½</b>	70	<b>28</b>	71	<b>29</b>	74	<b>30</b>	76	<b>31</b>	79	<b>32</b>	81
Hanches	<b>27</b>	69	<b>28</b>	71	<b>30</b>	76	<b>32</b>	81	<b>34</b>	87	<b>36</b>	92	<b>33</b>	84	<b>34½</b>	88	<b>36</b>	92	<b>37½</b>	96	<b>39</b>	99
Longueur dos	<b>11½</b>	29.5	<b>12</b>	31	<b>12¾</b>	32.5	<b>13½</b>	34.5	<b>14½</b>	36	<b>15</b>	38	<b>12½</b>	32	<b>13¼</b>	34	<b>14</b>	35.5	<b>14¾</b>	37.5	<b>15½</b>	39.5
Hauteur	<b>50</b>	127	<b>52</b>	132	<b>56</b>	142	<b>58½</b>	149	<b>61</b>	155	<b>61½</b>	156	<b>52</b>	132	<b>56</b>	142	<b>58½</b>	149	<b>61</b>	155	<b>63½</b>	161

5



**FILLETES/GARÇONS**

1 Poitrine  
2 Taille  
3 Hanches  
4 Longueur dos  
5 Hauteur