



REMCREAD

Empowering Refugee & Migrant Women
through Creative Methods and Digital Literacy

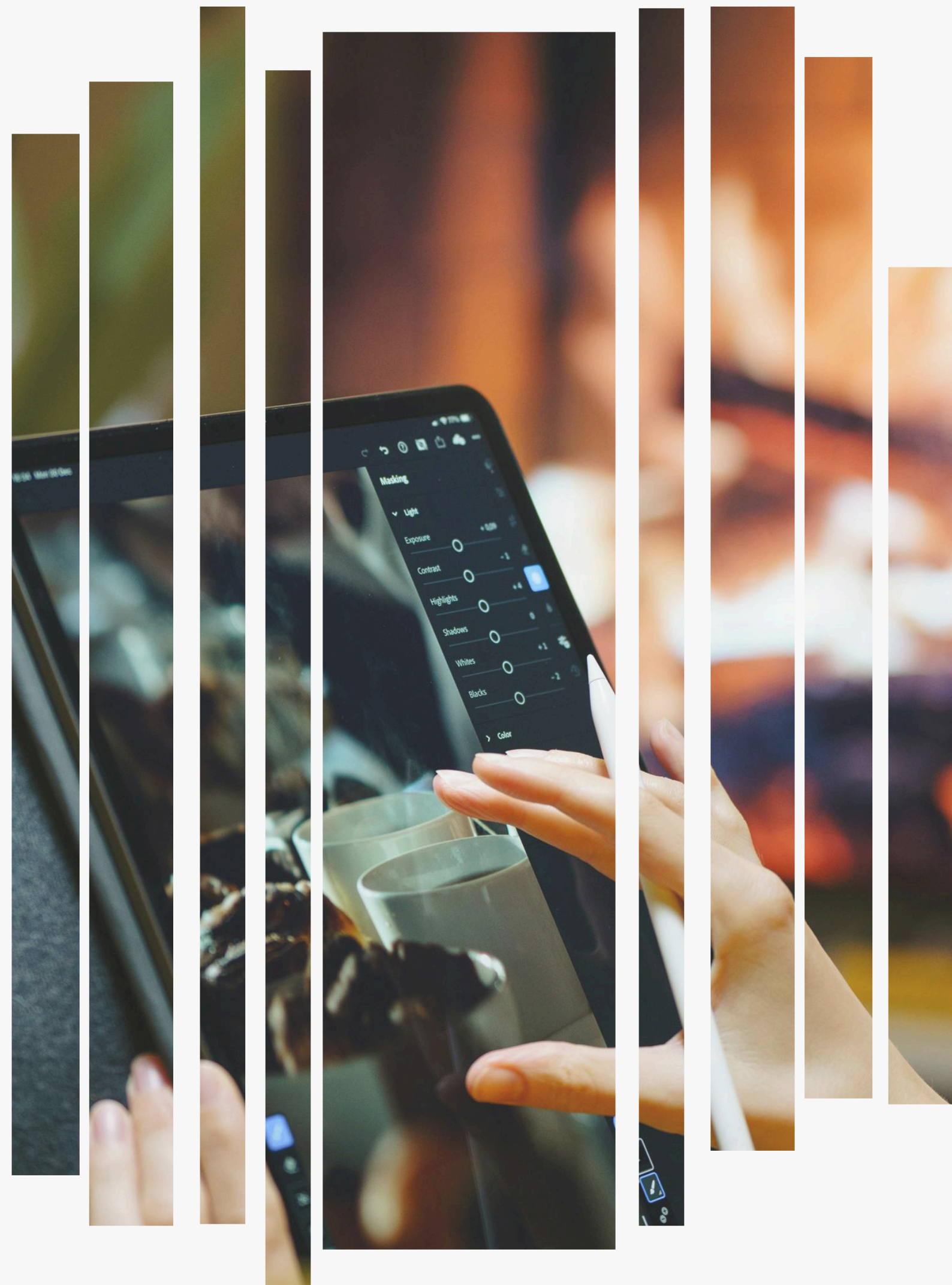
EDITER LES PHOTOS ET LES VIDÉOS SUR SMARTPHONE

ATELIER

[MODULE 5 •
Formation en culture numérique



Co-funded by
the European Union





DANS CET ATELIER VOUS APPRENDREZ

01



Comment utiliser les applications d'édition pour smartphones pour les contenus photo et vidéo.

02



Techniques d'édition de base et avancées pour améliorer le contenu visuel.

03



Créer un flux de travail d'édition pour optimiser l'efficacité et la cohérence

04



Optimisez le contenu pour le partager sur différentes plateformes de réseaux sociaux.





CONTENU

01

INTRODUCTION AUX
APPLICATIONS DE RETOUCHE
PHOTO POUR SMARTPHONES

02

MODIFICATION DE
PHOTOS/VIDÉOS SUR VOTRE
SMARTPHONE

03

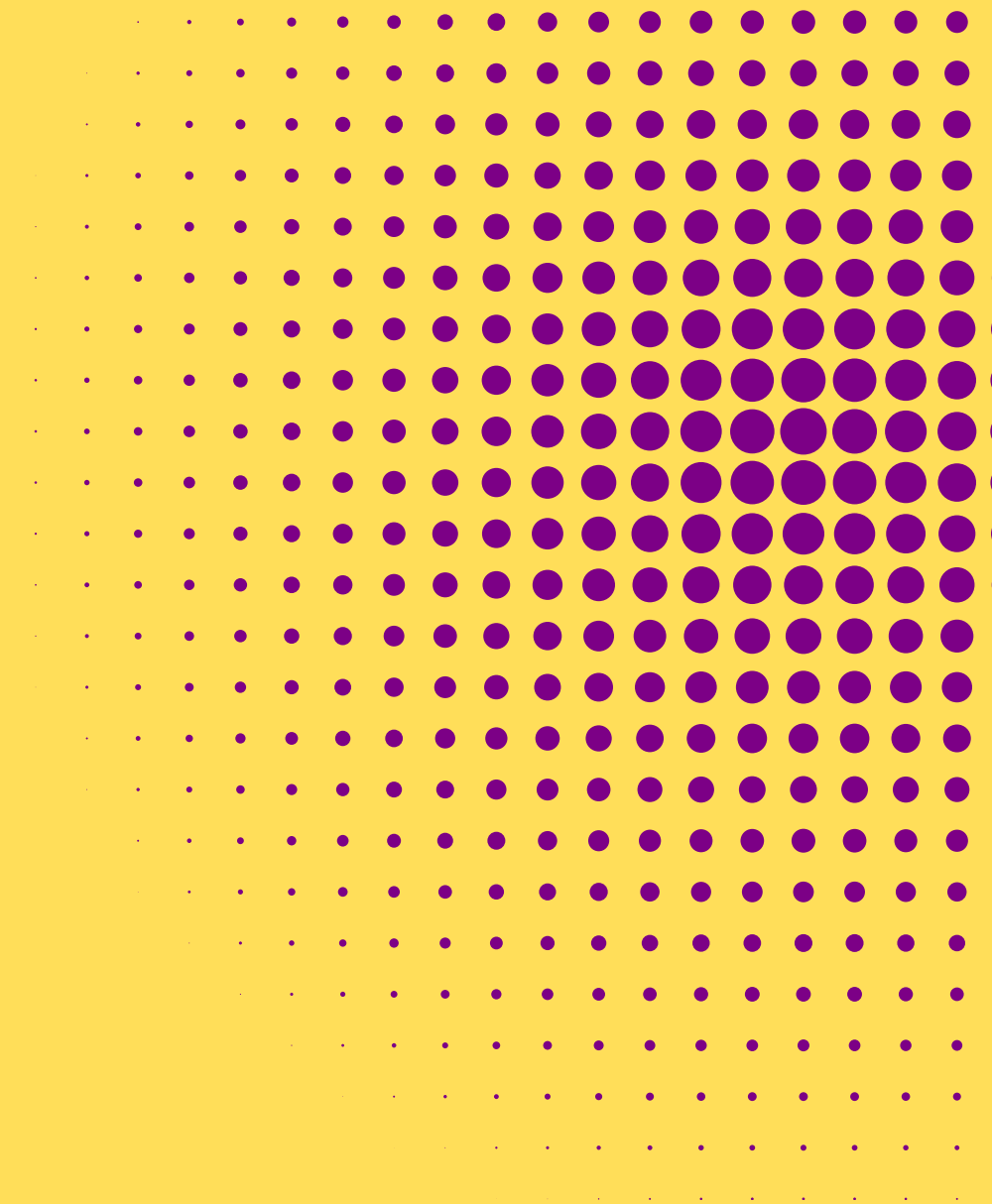
TECHNIQUES AVANCÉES
D'ÉDITION

04

CONSEILS POUR UN
PROCESSUS D'ÉDITION
EFFICACE

05

EXPORTATION ET PARTAGE
DU CONTENU MODIFIÉ





ACTIVITÉ 5.1

Introduction aux applications de retouche photo pour smartphones





QUESTIONS

- Quelles applications avez-vous utilisées pour retoucher vos photos ou vos vidéos ?
- Quelles fonctionnalités de retouche avez-vous trouvées les plus utiles ?



GRATUIT APPLICATIONS DE RETOUCHE PHOTO POUR ANDROID ET IOS



SNAPSEED

Une application d'édition puissante et entièrement gratuite proposée par Google. Elle offre des outils de niveau professionnel tels que la luminosité, le contraste, la netteté, les réglages sélectifs, la correction (pour supprimer de petits objets) et des filtres tels que les effets HDR et vintage. Aucune version payante n'est nécessaire !

LIGHTROOM MOBILE

Il offre des outils d'édition de base tels que l'exposition, le contraste, les hautes lumières, les ombres et les réglages de couleur. La version GRATUITE a des fonctions limitées, mais elles sont suffisantes pour l'édition de base.

VSCO

Comprend un ensemble limité de filtres élégants et d'outils d'édition de base (exposition, contraste, saturation et netteté). La version gratuite propose moins de filtres que l'abonnement payant, mais reste idéale pour obtenir un rendu créatif.

CANVA

Une application de conception polyvalente, idéale pour la création de contenu, qui peut également être utilisée comme outil d'édition de photos et de vidéos. Elle existe en version gratuite et en version payante, qui donne accès à davantage d'outils.

SNAPSEED APPLI

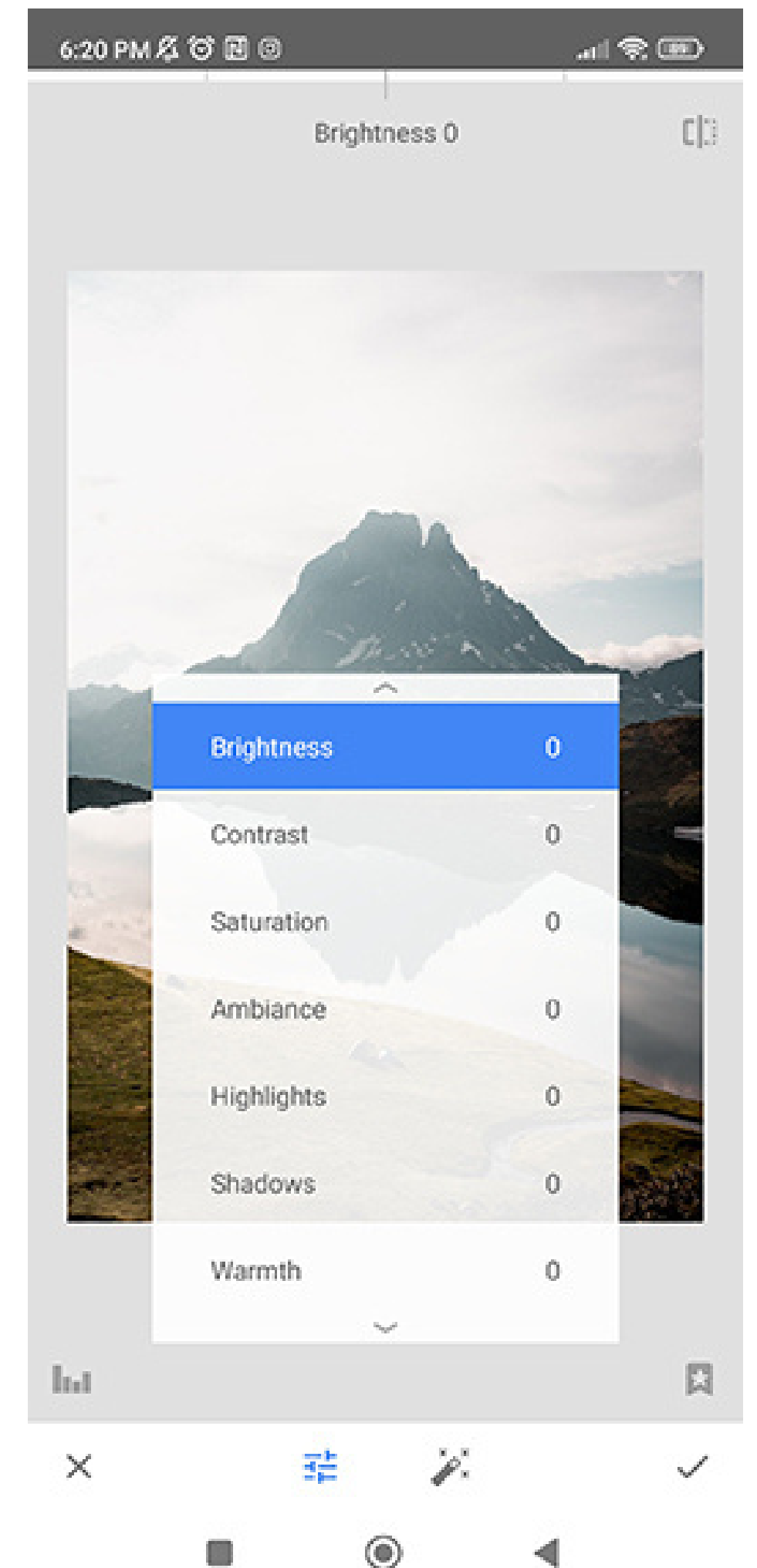


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- Réglage sélectif : permet de retoucher avec précision des zones spécifiques d'une photo.
- Outil de correction : supprimez les objets indésirables ou les imperfections de manière transparente.
- Filtres et préréglages : appliquez une variété de filtres artistiques et correctifs.
- Prise en charge du format RAW : modifiez les fichiers RAW pour obtenir des images de meilleure qualité.
- Interface conviviale : navigation facile grâce à des commandes tactiles réactives.

POURQUOI C'EST GÉNIAL POUR LES DÉBUTANTS

- Propose des tutoriels simples
- Interface facile à utiliser



LIGHTROOM

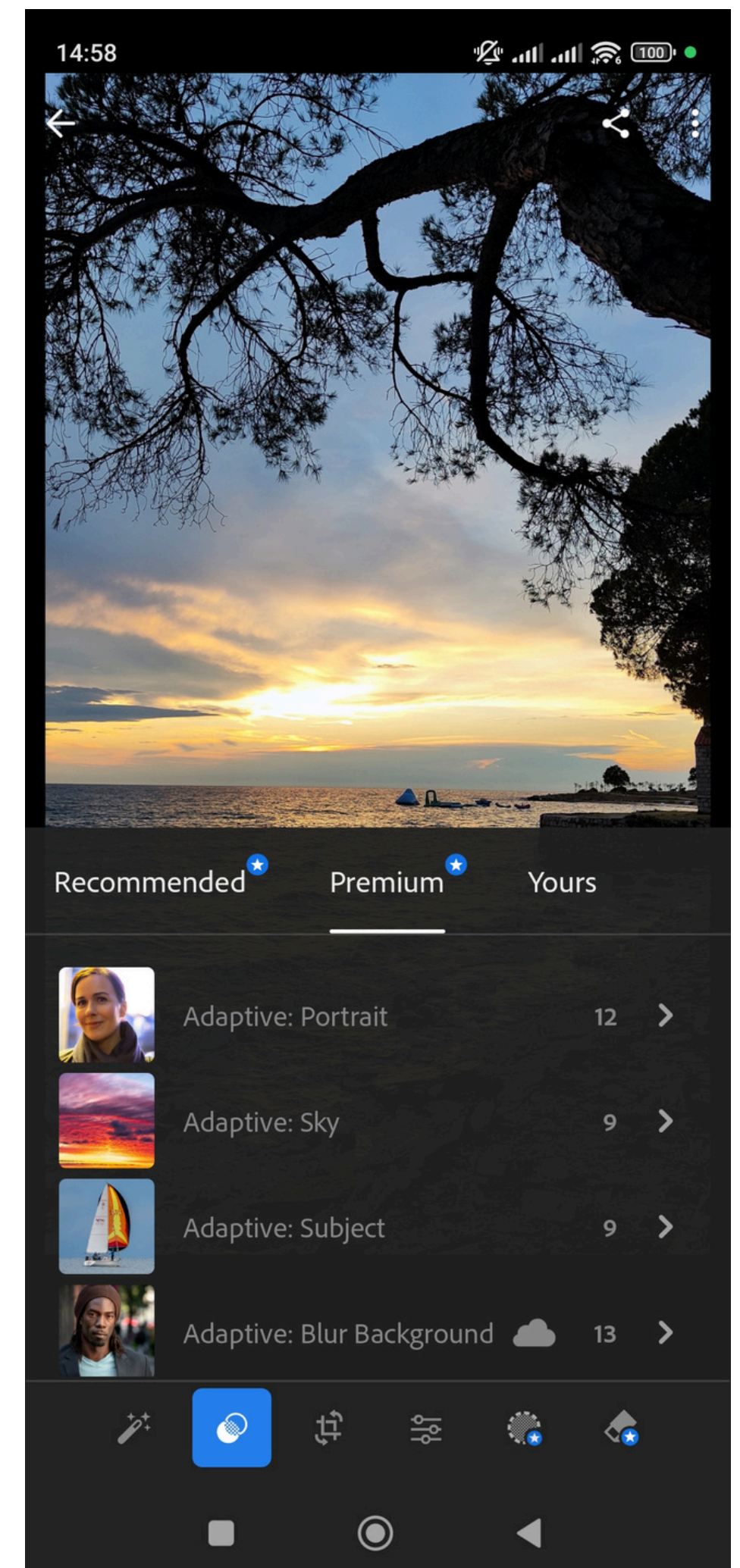


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

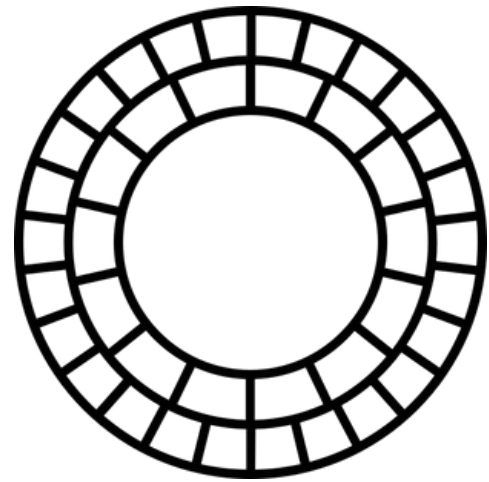
- Outils d'édition professionnels : ajustez avec précision les couleurs, la luminosité et les détails.
- Préréglages : appliquez des paramètres préconfigurés pour obtenir un rendu homogène.
- Édition RAW : éditez des photos RAW pour une qualité d'image optimale.
- Outils d'organisation : étiquetez et classez vos photos par catégorie pour y accéder facilement.
- Synchronisation : synchronisez vos modifications sur tous vos appareils grâce à un compte Adobe gratuit.

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

- Interface intuitive
- Tutoriels complets



VSCO

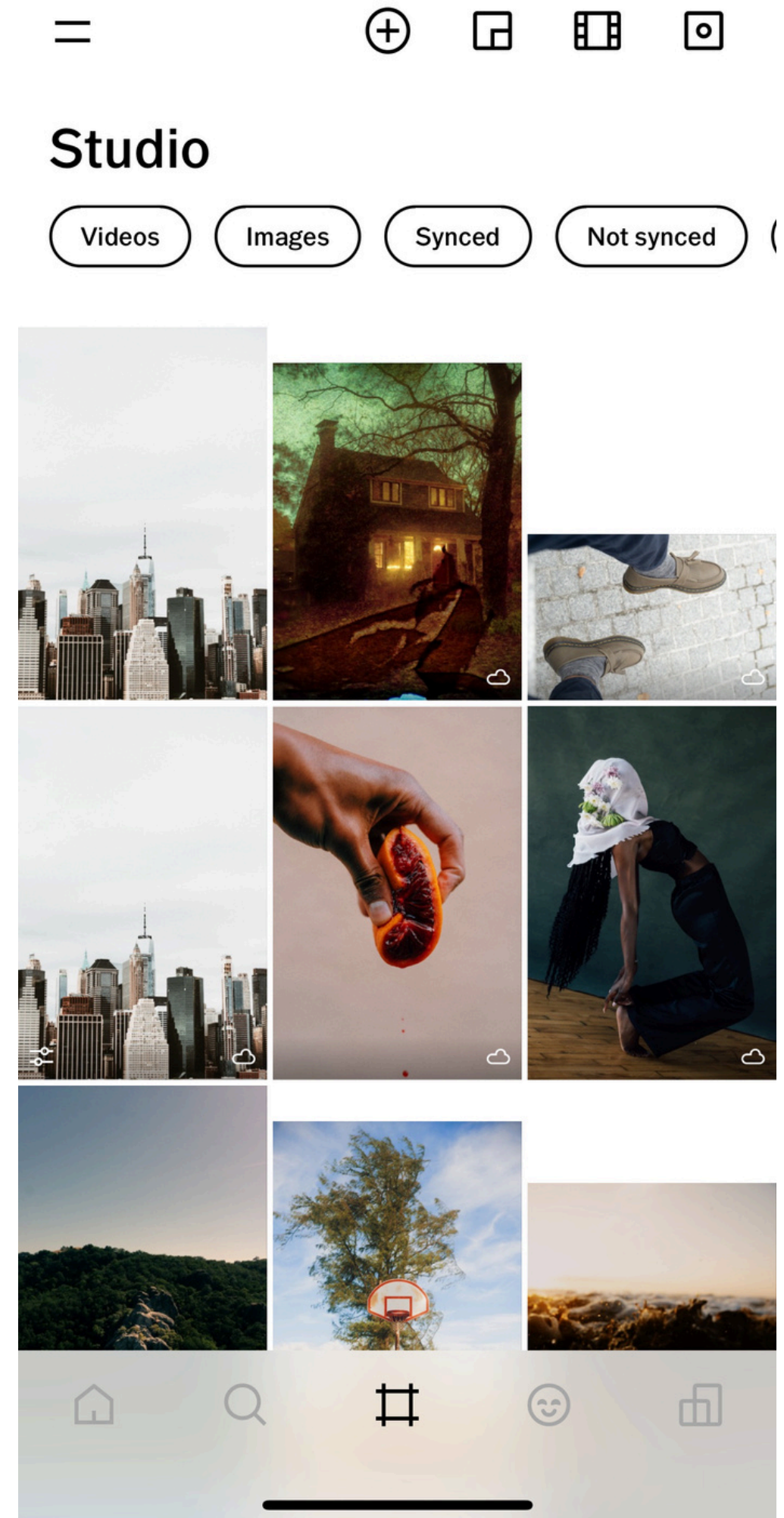


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- **Filtres inspirés du cinéma** : appliquez une large gamme de filtres artistiques pour améliorer vos photos.
- **Outils d'édition de base** : réglez l'exposition, le contraste, la saturation et plus encore.
- **Montage vidéo** : éditez de courts clips vidéo à l'aide de filtres et d'outils similaires.
- **Communauté créative** : partagez vos photos au sein de la communauté VSCO pour trouver l'inspiration (fonctionnalité optionnelle).
- **Intégration de l'appareil photo** : prenez des photos directement dans l'application pour les éditer en toute simplicité.

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

L'accent mis par VSCO sur les filtres et la simplicité permet aux utilisateurs d'obtenir rapidement de superbes résultats, ce qui les encourage à expérimenter différents styles et looks.



CANVA

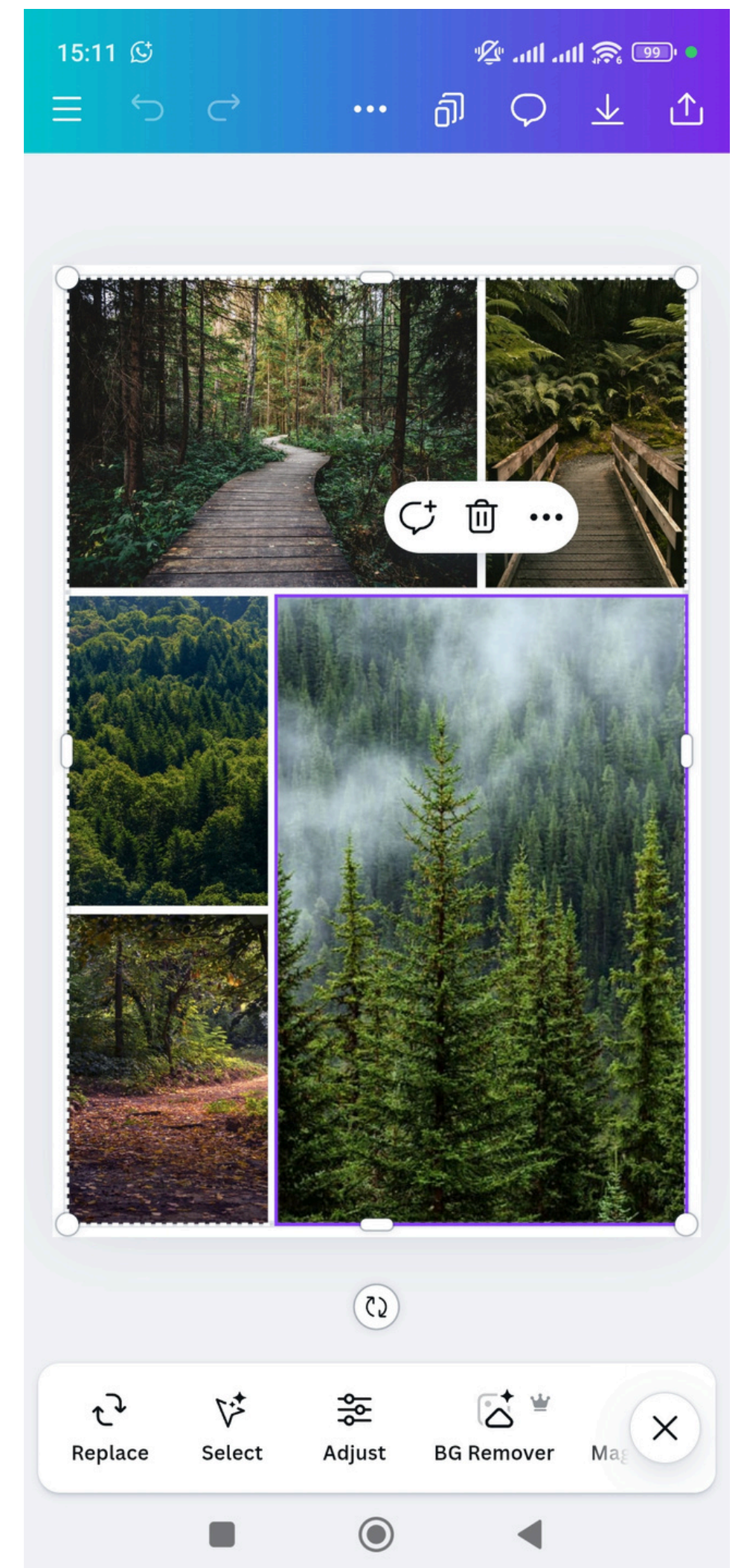


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- **Modèles** : accédez à des milliers de modèles personnalisables pour divers usages.
- **Interface glisser-déposer** : ajoutez et organisez facilement des éléments dans vos créations.
- **Outils de texte** : ajoutez et stylisez du texte grâce à un large choix de polices et d'effets.
- **Graphiques et icônes** : intégrez des illustrations, des icônes et d'autres éléments graphiques.
- **Collaboration** : travaillez sur vos créations avec d'autres personnes en temps réel.

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

Les outils de conception intuitifs et la vaste bibliothèque de modèles de Canva permettent aux utilisateurs de créer des graphiques d'aspect professionnel sans avoir besoin de compétences avancées en conception.





TÂCHE

Installez l'une des applications présentées sur votre téléphone. Explorez les fonctionnalités pendant quelques minutes.



ACTIVITÉ 5.1.1

Editer les photos sur un smartphone



MODIFICATIONS ESSENTIELLES DES PHOTOS

1. Lumière et exposition

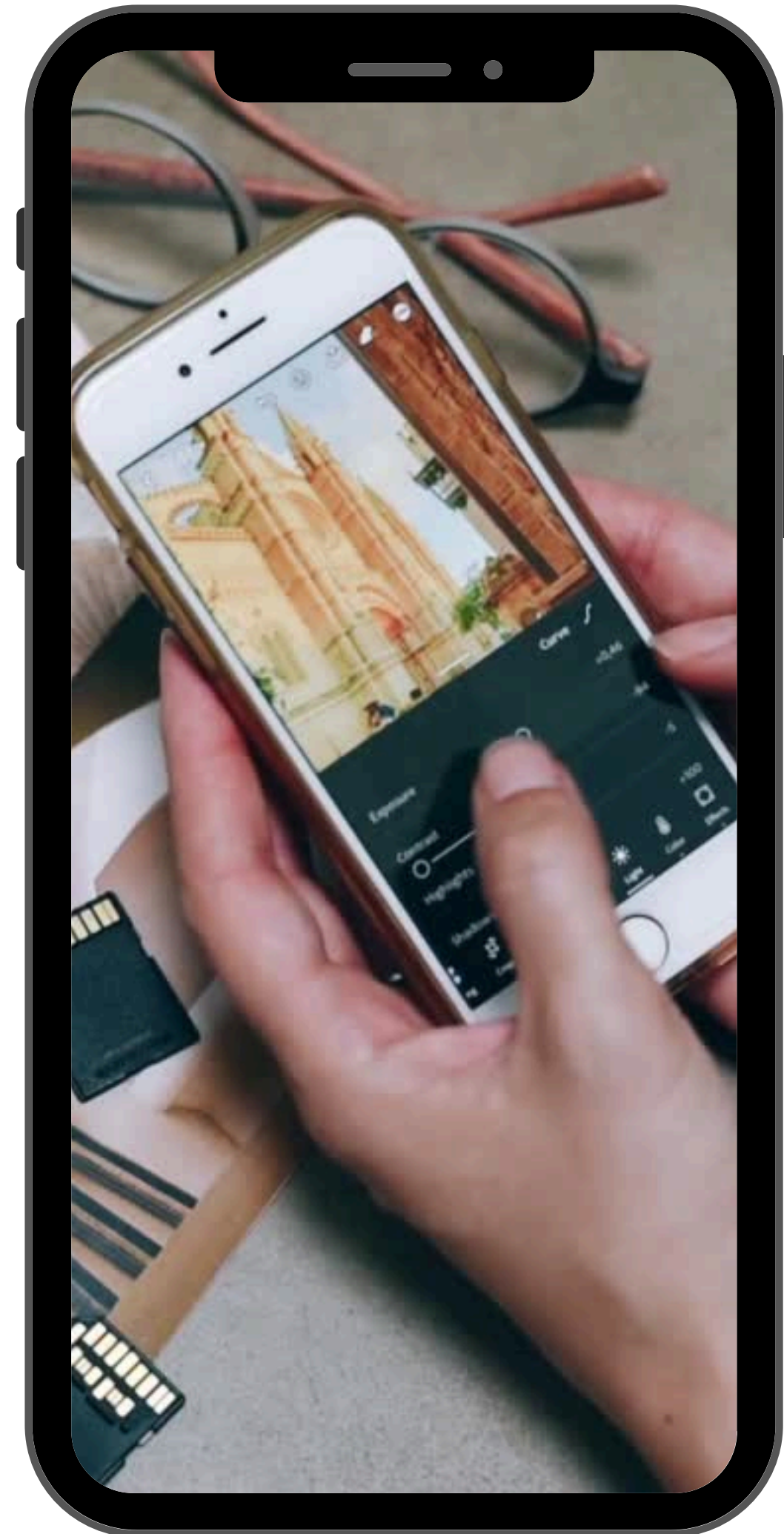
- Réglez la luminosité pour éclaircir/assombrir la photo
- Modifiez les tons clairs et les tons foncés pour obtenir un éclairage équilibré
- Utilisez le contraste pour faire ressortir les détails

2. Couleur et ton

- Réglez la balance des blancs pour effectuer des corrections de couleur de base sur TEMP et TINT, ainsi que sur SATURATION.
- Vous pouvez ensuite passer à Colour MIX (dans Lightroom) et régler des couleurs spécifiques.
- Appliquez des filtres pour changer rapidement de style.

3. Netteté et détails

- Utilisez les outils Netteté et Clarté pour améliorer les textures
- Recadrez et redressez pour obtenir une meilleure composition



Exemple:

AVANT/APRÈS

Edité avec Lightroom
mobile





TÂCHE

Sélectionnez une photo dans votre galerie et effectuez les opérations suivantes :

- Correction de base des couleurs
- Amélioration de la mise au point
- Facultatif : suppression de l'arrière-plan





QUESTIONS

- Comment ça s'est passé ?
- C'était facile ou difficile ?
- Qu'est-ce qui t'a paru le plus difficile/facile ?
- As-tu découvert quelque chose de nouveau ?





ACTIVITÉ 5.2

Introduction aux applications de montage vidéo pour smartphones



APPLICATIONS GRATUITES DE MONTAGE VIDÉO POUR ANDROID ET IOS



CAPCUT

CapCut est un éditeur vidéo gratuit et tout-en-un développé par les créateurs de TikTok (ByteDance). Il est conçu pour permettre un montage rapide et intuitif et la création de contenus courts et attrayants.

INSTAGRAM'S BUILT-IN VIDEO EDITOR

Instagram dispose d'un éditeur vidéo intégré pour les publications, les Stories et les Reels. Simple mais optimisé pour la plateforme, il permet de créer facilement du contenu attrayant sans quitter l'application.

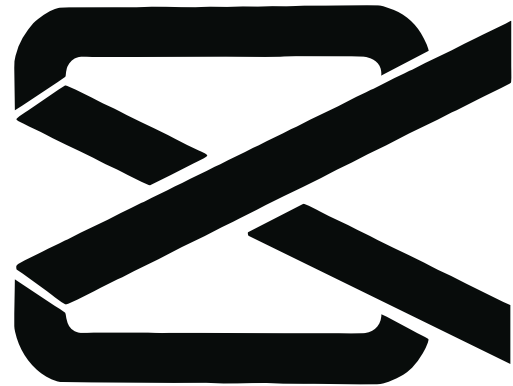
INSHOT

InShot est une application d'édition conviviale conçue pour créer rapidement des vidéos soignées, en particulier pour Instagram Reels, TikTok et les stories Facebook. Elle est particulièrement efficace pour découper, fusionner et ajouter des éléments créatifs à des vidéos courtes.

CANVA (VIDEO EDITOR)

Canva n'est pas seulement destiné au graphisme, il dispose également d'un excellent éditeur vidéo. Il est idéal pour créer des vidéos visuellement attrayantes avec du texte, des modèles et des animations.

CAPCUT

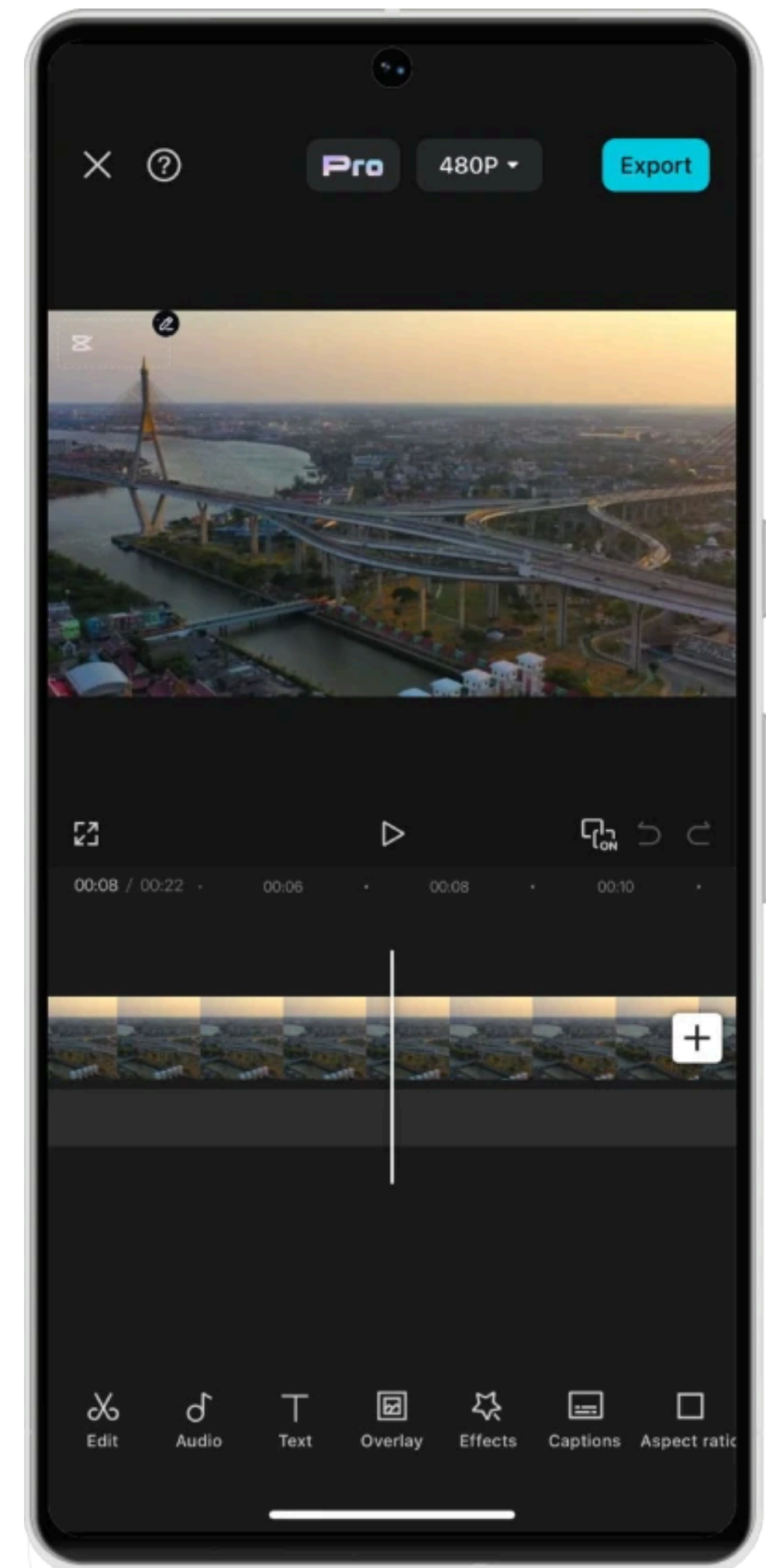


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- Montage multipiste : superposez des vidéos, des fichiers audio, des autocollants et du texte.
- Transitions et effets : transitions fluides, filtres et effets cinématographiques.
- Texte et sous-titres : ajoutez des légendes avec des polices et des animations personnalisables.
- Musique et sons : musique et effets sonores intégrés libres de droits.
- Options d'exportation : exportation facile optimisée pour TikTok, Instagram et d'autres plateformes..

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

La timeline simple de type glisser-déposer rend l'édition accessible aux utilisateurs novices, tandis que les fonctionnalités avancées (telles que les images clés et le contrôle de la vitesse) la rendent suffisamment puissante pour les créateurs plus expérimentés.



INSHOT

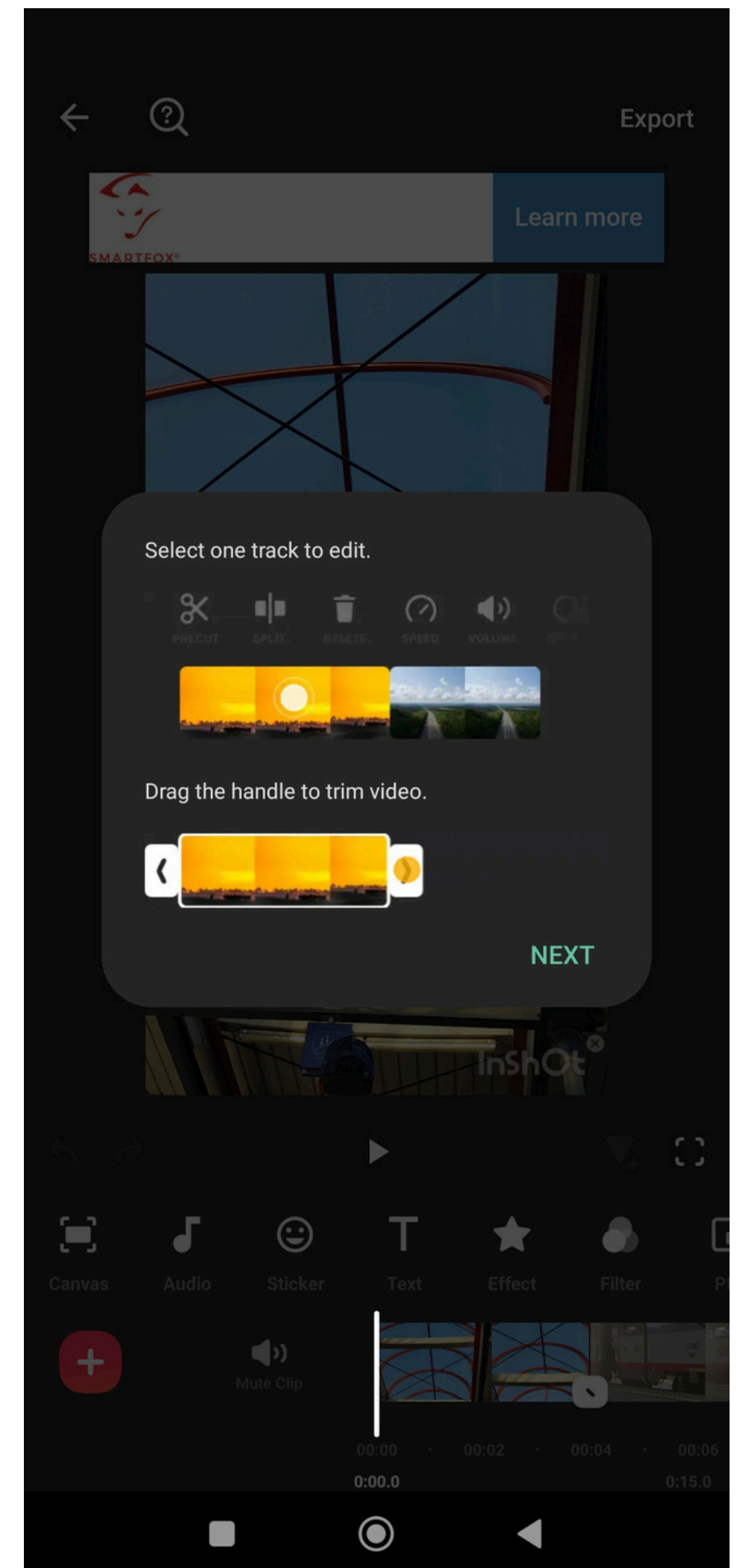


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- **Découpage et fractionnement** : coupez, fractionnez et fusionnez rapidement des clips.
- **Préréglages d'aspect** : tailles de toile préréglées pour Instagram, TikTok, YouTube, etc.
- **Filtres et effets** : ajoutez des filtres, des transitions et des réglages de vitesse.
- **Texte et autocollants** : insérez des superpositions de texte, des emojis et des autocollants animés.
- **Synchronisation musicale** : ajoutez et synchronisez des morceaux de musique ou des voix off.
- **La version gratuite comprend des publicités et des filigranes lors de l'exportation.**

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

IL'interface intuitive et les outils axés sur les réseaux sociaux de nShot permettent de créer facilement, en quelques clics, des vidéos soignées et adaptées aux exigences des différentes plateformes.



ÉDITEUR VIDÉO INTÉGRÉ À INSTAGRAM

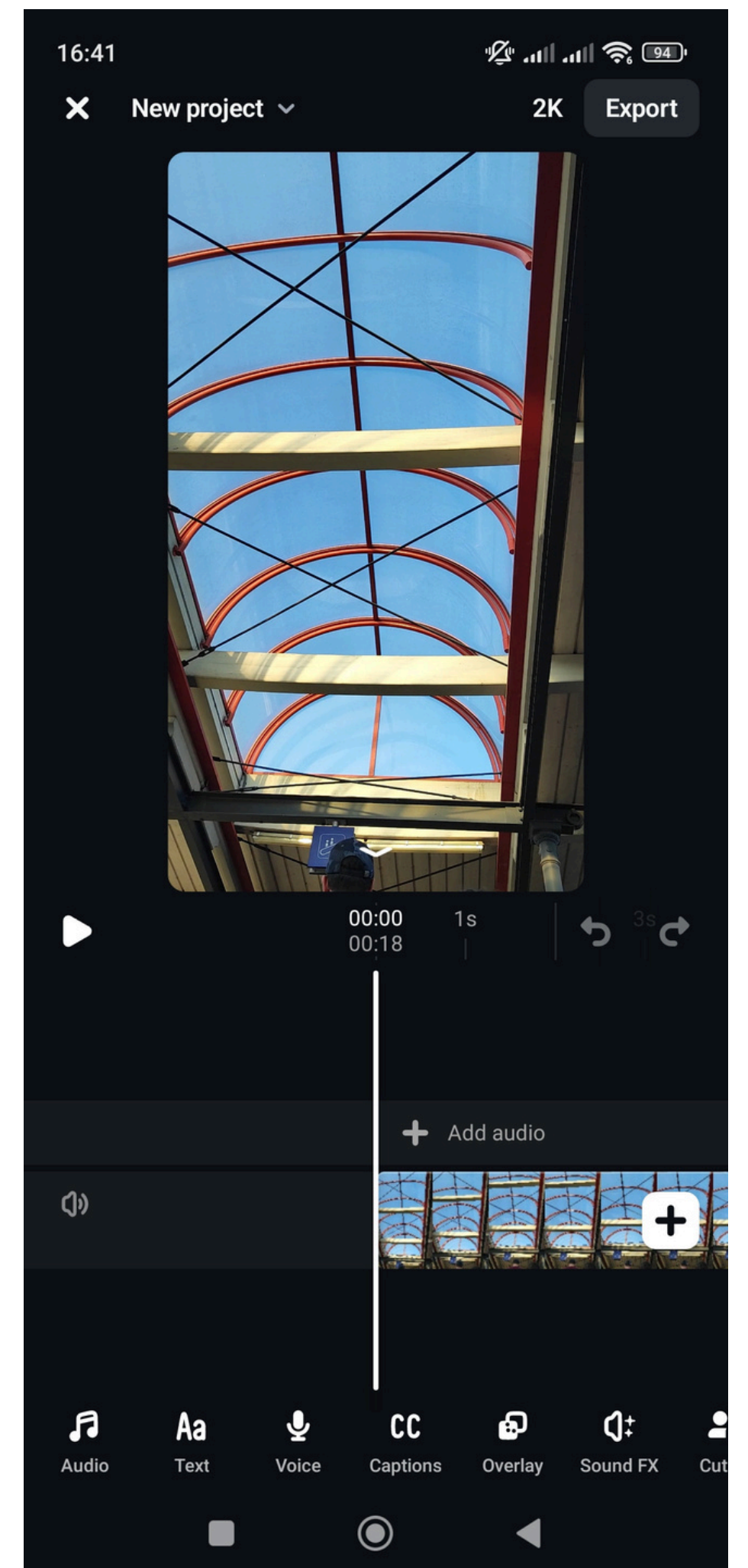


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- Éditeur intelligent : choisissez vos vidéos et laissez l'application les synchroniser avec une chanson
- Outils d'édition Reels : accédez aux commandes de vitesse, au minuteur, à l'alignement et aux transitions.
- Filtres et effets : appliquez les filtres et effets AR emblématiques d'Instagram.
- Texte et autocollants : ajoutez du texte, des autocollants, des sondages et des GIF.
- Intégration musicale : faites votre choix parmi la vaste bibliothèque musicale d'Instagram.

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

Il est très facile à utiliser, en particulier avec l'éditeur intelligent, si vous souhaitez créer une vidéo et la publier immédiatement sur Instagram.



CANVA (ÉDITEUR-VIDÉO)

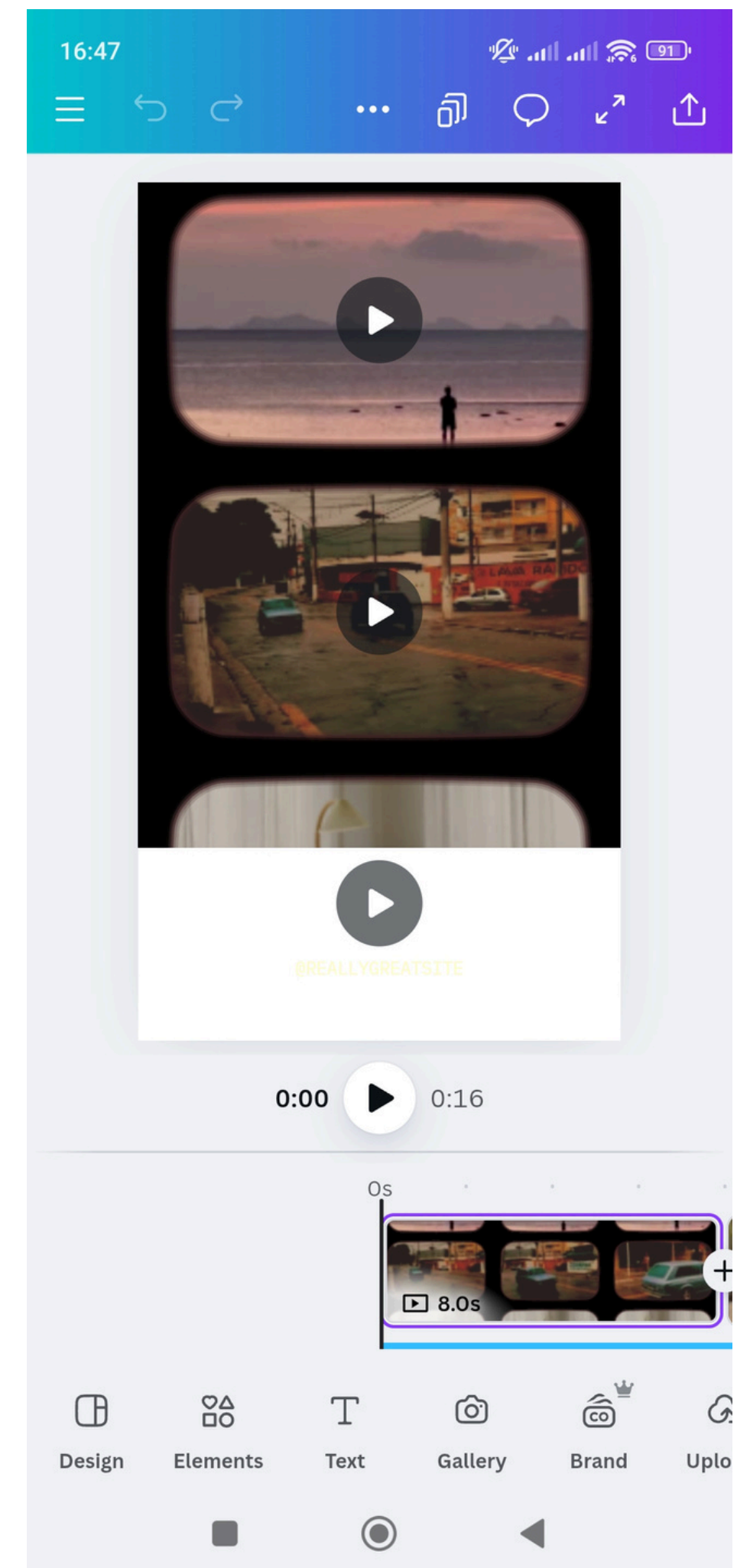


CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES

- **Modèles** : des milliers de modèles vidéo prédéfinis pour les réseaux sociaux.
- **Éditeur glisser-déposer** : ajoutez facilement des clips vidéo, des images, des graphiques et du texte.
- **Bibliothèque de ressources** : accédez à des clips vidéo, des images et des pistes audio gratuits.
- **Animations** : ajoutez des transitions et du texte ou des graphiques animés.
- **Collaboration** : créez des vidéos ensemble en temps réel sur tous vos appareils.

POURQUOI C'EST IDÉAL POUR LES DÉBUTANTS

L'édition basée sur des modèles de Canva permet même aux débutants de créer des vidéos d'aspect professionnel, parfaites pour les publications, les stories ou les reels sur les réseaux sociaux.





TÂCHE

Installez l'une des applications présentées sur votre téléphone. Explorez les fonctionnalités pendant quelques minutes.



ACTIVITÉ 5.2.1

Montage de vidéos sur votre smartphone



L'ESSENTIEL DU MONTAGE- VIDÉO

1. Couper, ajuster et régler

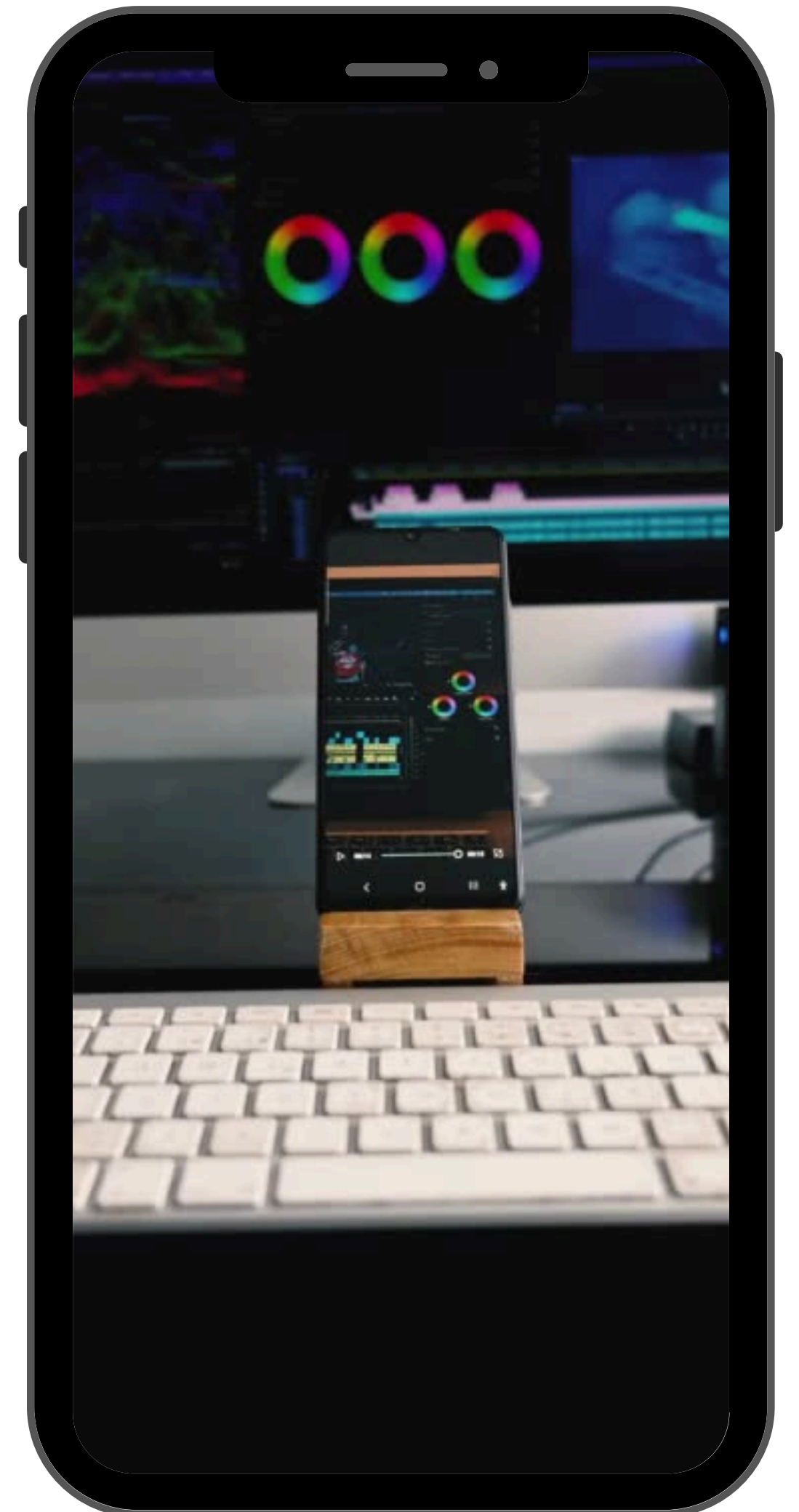
- Coupez les clips pour supprimer les parties indésirables
- Divisez les vidéos longues en segments plus courts
- Réorganisez les clips pour améliorer la narration

2. Ajouter de la musique ou une voix off

- Ajoutez de la musique pour créer une ambiance, choisissez parmi les morceaux disponibles dans l'application pour une meilleure intégration (certaines applications peuvent supprimer votre musique si elle n'est pas accessible sur leur plateforme).
- Ajoutez une voix off pour enrichir le récit et lui donner une touche personnelle.

3. Améliorer l'apparence et la convivialité

- Appliquez des filtres pour un style cohérent
- Choisissez le bon format d'image (9:16 pour les stories/reels, 1:1 pour le fil d'actualité IG)





TÂCHE

Répartissez les participants en 4 groupes et attribuez une application à chaque groupe.

Les participants sélectionnent quelques vidéos et effectuent les tâches suivantes :

- Créer une courte vidéo (10 à 15 secondes)
- Ajouter des transitions et appliquer un filtre
- Ajouter de la musique/une voix off et exporter la vidéo.





QUESTIONS

- Comment ça s'est passé ?
- Qu'est-ce qui t'a intéressé ?
- As-tu découvert quelque chose de nouveau ?
- L'application était-elle facile à utiliser ?





ACTIVITÉ 5.3

Techniques d'édition avancées



RETOUCHES PHOTO AVANCÉES

1. Étalonnage des couleurs

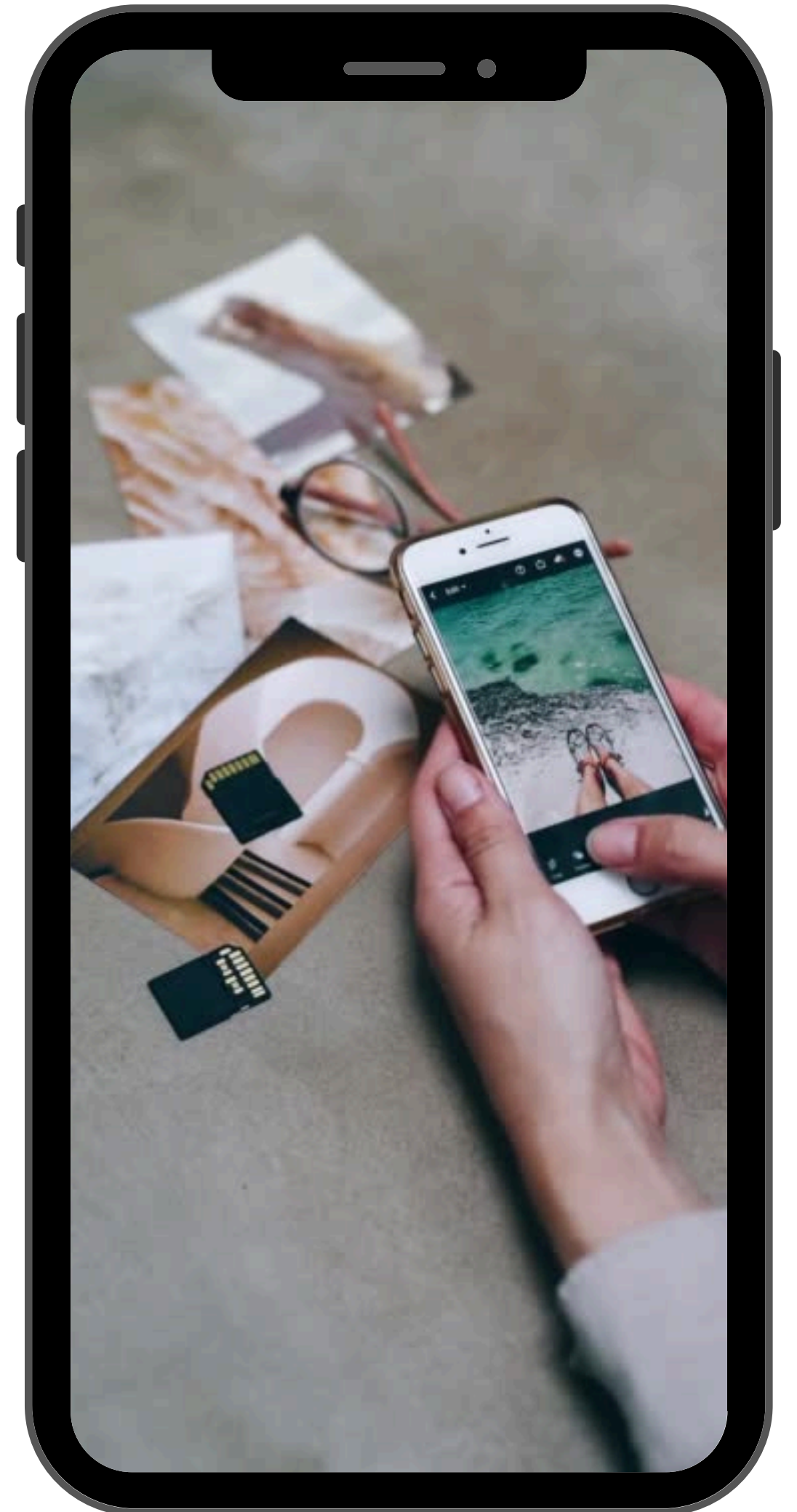
- Ajustez la teinte, la saturation et la température pour créer une ambiance
- Utilisez des préséglages (VSCO, Lightroom) pour garantir la cohérence
- Conservez des couleurs naturelles — évitez les retouches excessives

2. Correction localisée et suppression d'objets

- Supprimez les taches ou les objets gênants (outil de correction de Snapseed).
- Idéal pour les photos de produits ou les portraits où l'arrière-plan doit être net.

3. Ajustements sélectifs

- Éclaircissez ou assombrissez uniquement certaines zones spécifiques (visages, produits, ciels).
- Snapseed : Outil sélectif → Appuyez sur la zone → Réglez la luminosité/le contraste/la saturation.
- Aide à guider le regard du spectateur vers le sujet principal.



RETOUCHES PHOTO AVANCÉES

4. Corrections de perspective et de géométrie

- Corrigez les horizons inclinés ou les bâtiments déformés (Lightroom → outil Géométrie).
- Utile pour les photos architecturales ou les mises en page à plat qui semblent « de travers ».

5. Effets créatifs et stylisme

- Ajoutez un effet de vignette pour mettre le sujet en valeur.
- Essayez la double exposition (Snapseed) pour créer des visuels narratifs.
- Transformez vos photos en noir et blanc et conservez une seule couleur de manière sélective (effet splash).

Conseil de pro : Combinez des ajustements subtils et des effets créatifs plutôt que de tout faire en même temps : moins, c'est mieux pour un résultat professionnel.





TÂCHE

Demandez aux participants d'utiliser les photos de l'activité précédente et de les améliorer à l'aide des fonctionnalités avancées. Tâches suggérées :

- Appliquer un étalonnage des couleurs pour créer une ambiance particulière
- Éclaircir ou assombrir uniquement certaines zones (visages, produits, ciel).
- Supprimer certaines taches ou certains objets

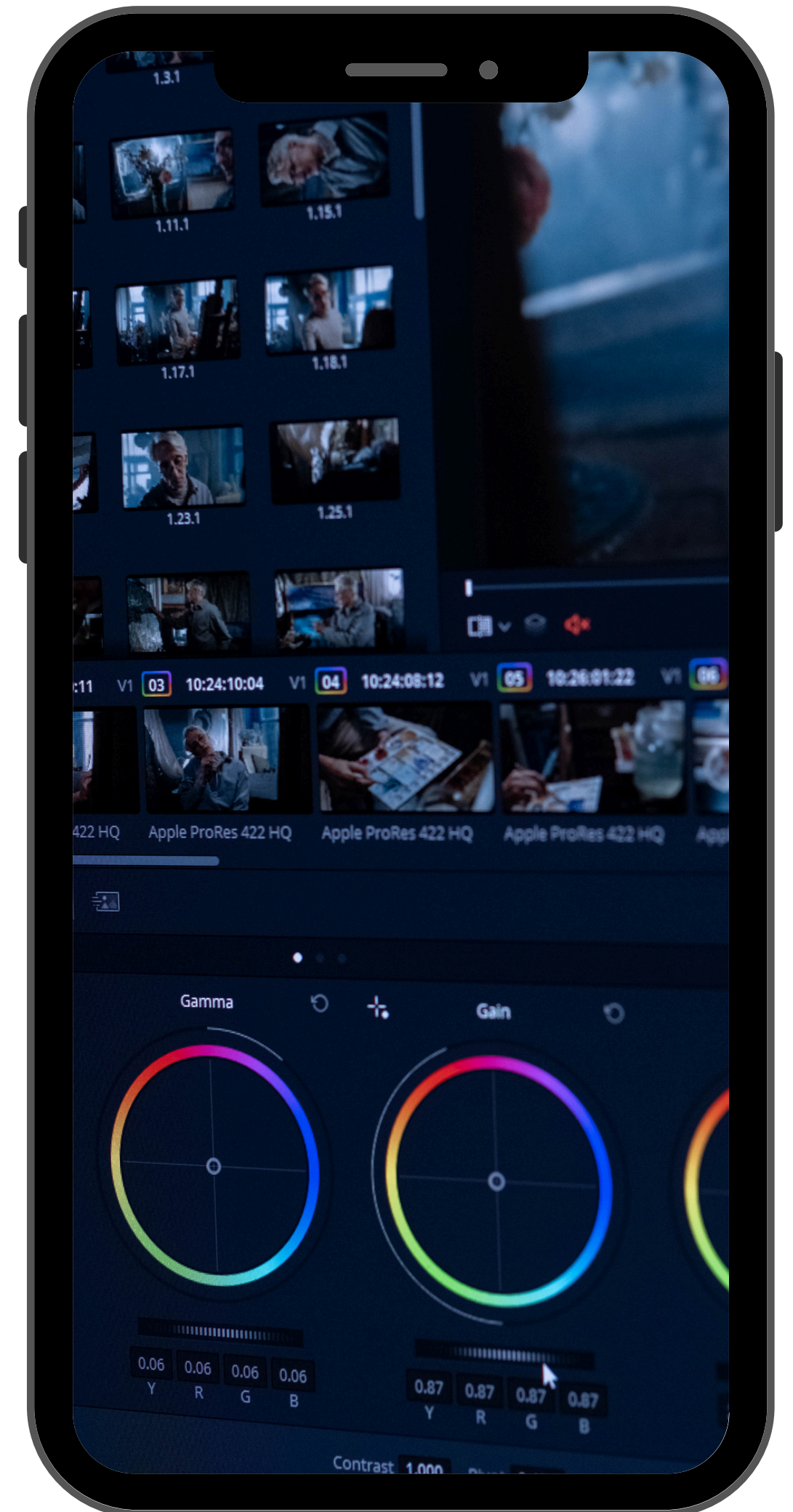
MONTAGES VIDÉO AVANCÉS

1. Étalonnage des couleurs

- Réglez la luminosité/l'exposition pour éviter les vidéos surexposées ou sous-exposées.
- Utilisez le contraste pour faire ressortir les détails.
- Corrigez la balance des blancs (trop chaude = jaune, trop froide = bleu) pour obtenir des tons naturels.
- CapCut/InShot : choisissez des filtres en fonction de l'ambiance (chaude, vintage, froide).
- Réduisez la saturation pour obtenir un rendu doux et cinématographique.

2. Animations de texte et légendes

- Ajoutez du texte animé pour les introductions ou les points clés (CapCut, InShot, Canva)
- Utilisez des sous-titres pour améliorer l'accessibilité et l'engagement
- Assortissez le style et les couleurs de la police à votre marque ou à votre thème



MONTAGES VIDÉO AVANCÉS

3. Effets spéciaux

- Ralenti : mettez en valeur les actions clés ou les moments émouvants
- Accélération : rendez les tutoriels ou les processus plus dynamiques
- Masquage / Superpositions : fusionnez des clips ou ajoutez des découpes créatives (fonctionnalité avancée de CapCut)

Conseil de Pro :

- Effectuez toujours la correction des couleurs (réglage de l'exposition et de la balance des blancs) avant l'étalonnage créatif.
- Conservez un aspect cohérent entre les clips pour une narration plus fluide.
- Utilisez les effets avec parcimonie : trop d'effets détournent l'attention de votre histoire.





TÂCHE

Demandez aux participants d'utiliser les vidéos de l'activité précédente et de créer une vidéo plus longue à l'aide des fonctionnalités avancées. Tâches suggérées :

- Régler la balance des blancs, l'exposition et la luminosité
- Ajouter du texte animé pour les points clés
- Ajouter des effets de ralenti/accélération
- Utiliser le masquage ou les superpositions



ACTIVITÉ 5.4

Conseils pour un flux de travail d'édition efficace



CONSEILS ET ASTUCES:

1. Organisez vos fichiers

- Créez des albums/dossiers distincts pour vos projets sur votre téléphone.
- Nommez clairement vos fichiers (par exemple, IGreel_food1, FB_eventphoto2).
- Supprimez les doublons pour économiser de l'espace de stockage.

2. Utilisez des modèles et des préréglages

- Vidéo : Canva & CapCut → Modèles prêts à l'emploi pour IG Reels, Stories, TikTok
- Photo : Lightroom, VSCO → Appliquez des préréglages pour un style cohérent
- Enregistrez vos styles préférés pour les réutiliser

3. Modification groupée

- Modifier une photo → Appliquer les mêmes paramètres à plusieurs images (Lightroom, VSCO)
- Utiliser les modèles CapCut pour appliquer le même style à plusieurs vidéos
- Gain de temps + cohérence de l'identité visuelle





DISCUSSION

- Discutez de l'importance de définir un objectif clair avant de commencer l'édition afin d'éviter toute perte de temps.
- Demandez aux participants de partager leurs plus grands défis dans le processus d'édition.
- Réfléchissez ensemble à des solutions.





ACTIVITÉ 5.5

Partage et exportation du contenu modifié



CONSEILS ET ASTUCES :

VIDÉOS

- Exportez en 1080p (Full HD) → meilleur compromis entre qualité et vitesse de téléchargement
- Utilisez 60 images par seconde pour un mouvement fluide (TikTok et Reels adorent ça)
- Limitez la taille des fichiers à moins de 100 Mo par minute pour des téléchargements rapides
- Choisissez le format MP4 (codec H.264) → la plupart des plateformes sociales le préfèrent
- Vérifiez les formats d'image :
- IG Reels / TikTok / Stories → 9:16 (vertical)
- IG Feed → 1:1 (carré) ou 4:5 (portrait)
- Facebook → 16:9 (horizontal) ou 1:1

Conseils de Pro :

- Exportez et téléchargez directement sur la plateforme de votre choix (évitez d'envoyer via WhatsApp/e-mail, car ces applications compressent les fichiers).
- Utilisez le Wi-Fi lorsque vous téléchargez des vidéos/photos en haute résolution afin d'éviter la compression automatique par la plateforme.



PHOTOS

- Exportez au format JPEG ou PNG (les deux formats fonctionnent bien pour les réseaux sociaux).
- Résolution : au moins 1080 x 566 px pour le flux IG, 1080 x 1920 px pour les Stories/Reels.
- Limitez la taille des fichiers à moins de 2 Mo (les paramètres Snapseed/Lightroom vous permettent de réduire la taille des fichiers sans perte de qualité).
- Conservez le même profil de couleur (sRGB) pour éviter les changements de couleur en ligne.



CONSEILS ET ASTUCES:



INSTAGRAM & FACEBOOK

- Photos : Paysage : 1080 x 566 /
- Vertical : 1080 x 1350 (1012 x 1350 en mode grille)
- Stories/Reels : 1080 x 1920 px (1082 x 1440 (3:4) en mode grille)
- 30 images par seconde, format vertical préféré.

TIK-TOK

- Photos : Paysage : 1920 x 1080 /
- Vertical : 1080 x 1920
- Stories/Reels : 1080 x 1920 px
- 30 images par seconde, format vertical préféré.

Conseils spécifiques aux applications :

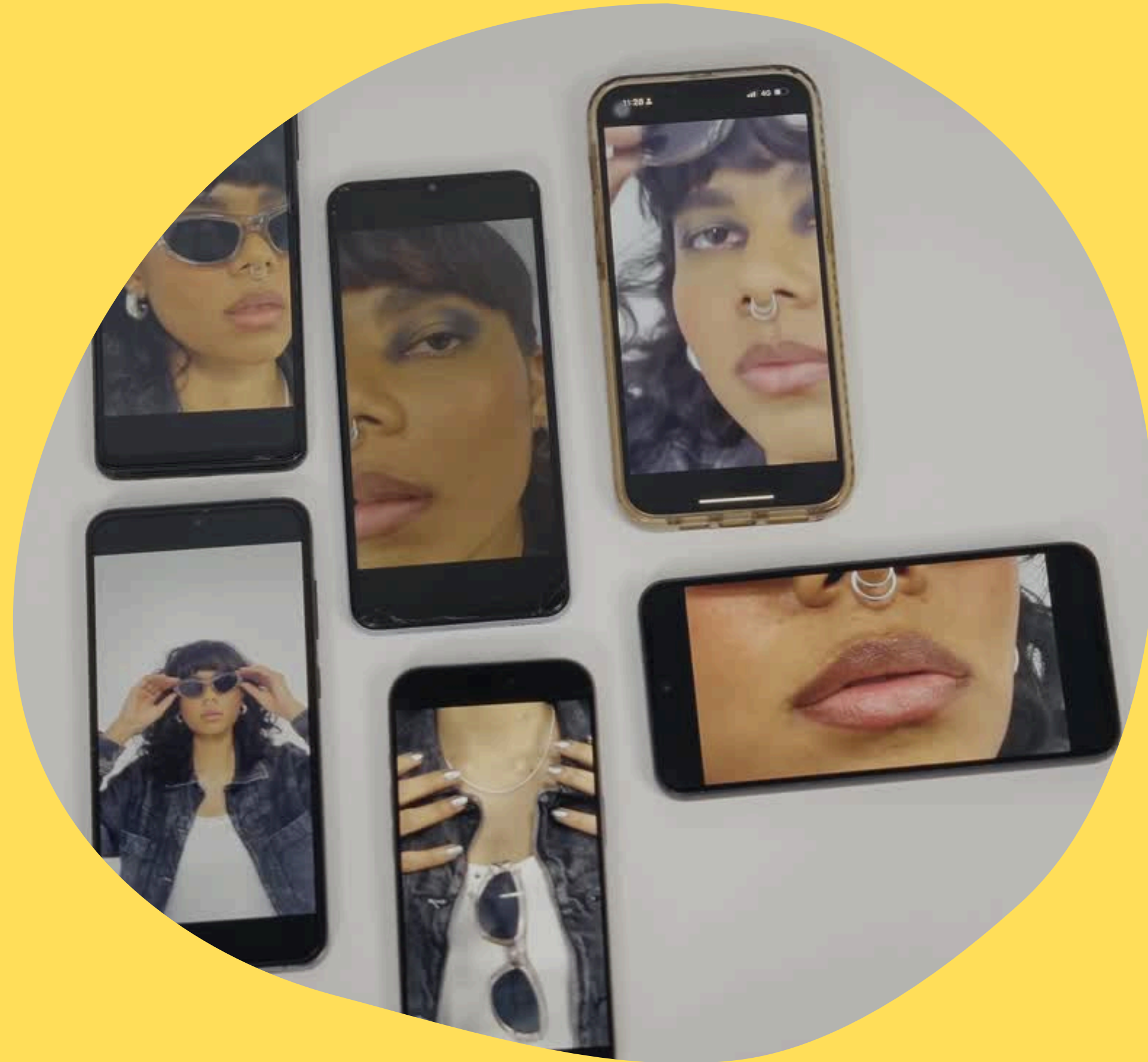
- CapCut/InShot : sélectionnez toujours 1080p, 60 images par seconde, haute qualité avant l'exportation
- Canva : téléchargez au format MP4 (vidéo) ou PNG/JPEG (photo) en cochant « Haute qualité »
- Snapseed/Lightroom : exportez les photos à la résolution la plus élevée → ajustez la taille du fichier uniquement si le téléchargement est trop lent
- Instagram Editor : évitez une compression trop importante → modifiez d'abord en dehors d'IG, puis téléchargez





TÂCHE FINALE ET DISCUSSION

- Les participants sont répartis en petits groupes et doivent créer une courte vidéo de 30 secondes ou une série de 3 à 5 photos. Le contenu peut porter sur différents thèmes, au choix des participants.





TÂCHE FINALE ET DISCUSSION

- Qu'est-ce qui vous a surpris aujourd'hui ?
- Y a-t-il quelque chose de nouveau que vous emportez avec vous ?
- Avez-vous des questions finales ?





REMCREAD

Empowering Refugee & Migrant Women
through Creative Methods and Digital Literacy



**Co-funded by
the European Union**

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés sont toutefois ceux des auteurs uniquement et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenus responsables.

Projet no. 2023-1-PL01-KA220-ADU-000156610

Pour plus d'informations:

<https://www.remcreadwomen.eu/fr>





REMCREAD

Empowering Refugee & Migrant Women
through Creative Methods and Digital Literacy

**"ARRÊTE DE RÊVER
ET COMMENCE
À AGIR"**

