SOMMAIRE

FORMATIONS
PHOTO VIDÉO

SUITE ADOBE

After Effects Initiation // 3 j.

After Effects Perfectionnement // 1 j.

LightRoom Initiation // 2 j.

Premiere Pro Initiation // 1 j.

AUTRE

CapCut Initiation // 1 j.

Movie Maker Initiation // 1 j.

Prise de vue numérique Initiation // 1 j.



AFTER EFFECTS initiation

PUBLIC VISÉ

Graphiste, Community manager, Illustrateur, Motion designer…
Toute personne souhaitant être autonome dans la création d'animation vidéo avec After Effects.

PRÉ-REQUIS

Bonne maîtrise de l'environnement Windows ou Mac. Connaissances Photoshop et Illustrator indispensables.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

3 jours (21 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 17-18 & 21 **sept. 2026**
- 1-2-3 **déc. 2026**
- 1-2-3 **mars 2027**
- 27-28 & 31 **mai 2027**

OBJECTIFS

- Comprendre les fondamentaux d'After Effects, son interface et sa logique de fonctionnement.
- Maîtriser les bases de l'animation par images clés.
- Utiliser des imports vectoriels et interagir avec les autres logiciels Adobe.
- Créer des animations et effets destinés à la vidéo.
- Exporter des projets selon les formats et usages de diffusion.

CONTENU

DÉCOUVERTE D'AFTER EFFECTS

- Découvrir l'interface d'After Effects et son environnement de travail.
- Organiser l'espace de travail et l'agencement des panneaux.
- Importer des métrages vidéo, images et fichiers multi-calques (Photoshop, Illustrator).
- Créer et gérer des compositions adaptées aux différents formats vidéo.

BASES DE L'ANIMATION

- Comprendre le fonctionnement de la timeline et des images clés.
- Utiliser différents types d'images clés, dont les clés de maintien.
- Gérer les calques et les panneaux de montage.
- Exploiter le mode solo pour isoler et travailler un élément.
- Appliquer l'interpolation temporelle et spatiale pour fluidifier les animations.
- Créer et utiliser des calques de type solide.
- Comprendre la notion de point d'ancrage.
- Utiliser les pré-compositions pour structurer un projet complexe.

PARENTAGE ET ANIMATIONS LIÉES

- Mettre en place le parentage entre calques.
- Créer des animations liées pour synchroniser les mouvements des éléments.

COURBES D'AMORTISSEMENT

- Utiliser les courbes d'amortissement (graph editor).
- Rendre les animations plus naturelles et réalistes.

TRAVAIL AVEC DES FORMES VECTORIELLES

- Créer des formes vectorielles directement dans After Effects.
- Créer des masques vectoriels fixes.
- Créer des masques vectoriels animés (dynamiques).
- Importer et animer des objets Illustrator.
- Animer des tracés vectoriels.
- Créer des trajectoires d'objets animées.

INTRODUCTION À LA 3D

- Positionner une animation 2D dans un espace 3D.
- Comprendre les principes de base de la 3D dans After Effects.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

AFTER EFFECTS initiation

MOYENS, MÉTHODES & OUTILS

- 1 PC/personne – possibilité pour les stagiaires d'utiliser leur ordinateur portable et leurs propres ressources – accès Wi-Fi mis à disposition
- 1 vidéoprojecteur ou grand écran
- Logiciel : Adobe After Effects
- Pédagogie progressive. Alternance entre apports théoriques et exercices d'application simples
- Intervenants : professionnels en activité, praticiens du terrain et formateurs expérimentés.

SUIVI – ÉVALUATION

- Exercices de validation en continu pendant la formation
- Quiz d'évaluation en fin de formation
- Évaluation de satisfaction
- Certification : nous consulter
- Taux de réussite aux examens et certifications consultables sur notre site

FIN DE FORMATION

- Émargement par demi-journée
- Support de formation en PDF
- Attestation de fin de formation
- Bilan formateur

ACCESSIBILITÉ

- Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Accompagnement personnalisé et adaptation pédagogique possible (parcours et temps de formation) en fonction du handicap : nous consulter.

RENDU ET EXPORTATION

- Configurer la mise en file d'attente de rendu.
- Paramétrer les réglages de rendu selon les usages.
- Utiliser Adobe Media Encoder pour l'exportation.
- Exporter des vidéos adaptées aux différents supports de diffusion.



CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PROGRAMME FORMATION

UNIVERS PHOTO/VIDÉO

AFTER EFFECTS perfectionnement

PUBLIC VISÉ

Graphiste, Community manager, Illustrateur, Motion designer…
Toute personne souhaitant être autonome dans la création d'animation vidéo avec After Effects.

PRÉ-REQUIS

Bonne maîtrise de l'environnement Windows ou Mac. Avoir suivi la formation After Effects Initiation ou avoir les connaissances équivalentes. Connaissances Photoshop et Illustrator indispensables.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

1 jour (7 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 22 **sept. 2026**
- 4 **déc. 2026**
- 4 **mars 2027**
- 1 **juin 2027**

OBJECTIFS

- Approfondir la maîtrise d'After Effects afin d'aller plus loin dans la création d'animations et d'effets visuels.
- Exploiter des techniques avancées pour enrichir des projets vidéo professionnels.

CONTENU

UTILISER DES EXPRESSIONS

- Comprendre le principe des expressions dans After Effects.
- Utiliser une expression pour créer une boucle d'animation dans une pré-composition.
- Optimiser et automatiser des animations répétitives.

TECHNIQUES DE DÉTOURAGE

- Détourer un sujet à l'aide de l'effet Keylight.
- Utiliser la rotoscopie pour isoler un élément en mouvement.
- Affiner les contours pour un détourage propre et exploitable.

OBJET NUL & TRACKING 2D

- Analyser le mouvement d'un objet dans une vidéo.
- Appliquer un tracking 2D sur un plan vidéo.
- Utiliser un objet nul pour lier et synchroniser des animations au mouvement suivi.

CRÉER UN EFFET DE PARALLAXE

- Animer une image 2D dans un espace 3D simulé.
- Créer un effet de profondeur et de mouvement par parallaxe.
- Renforcer la perception de volume et de dynamisme d'une image fixe.

COUCHES ALPHA (MASQUES VIDÉO)

- Utiliser une vidéo comme masque (couche alpha).
- Combiner plusieurs calques vidéo à l'aide de masques animés.
- Gérer la transparence et les modes de fusion associés.

ANIMATIONS DE TEXTE

- Créer des animations de texte avancées.
- Appliquer un chemin de déplacement à un texte.
- Utiliser des effets de texte prédéfinis et les adapter au projet.

EFFETS

- Appliquer des effets visuels spécifiques pour enrichir une animation.
- Ajuster les paramètres des effets pour un rendu maîtrisé.

OBJETS 3D ET TYPES DE RENDU

- Extruder des formes vectorielles pour créer des objets en volume.
- Choisir un type de rendu adapté au projet.
- Comprendre les différences de rendu selon les paramètres utilisés.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

AFTER EFFECTS perfectionnement

MOYENS, MÉTHODES & OUTILS

- 1 PC/personne – possibilité pour les stagiaires d'utiliser leur ordinateur portable et leurs propres ressources – accès Wi-Fi mis à disposition
- 1 vidéoprojecteur ou grand écran
- Logiciel : Adobe After Effects
- Pédagogie progressive. Alternance entre apports théoriques et exercices d'application simples
- Intervenants : professionnels en activité, praticiens du terrain et formateurs expérimentés.

SUIVI – ÉVALUATION

- Exercices de validation en continu pendant la formation
- Quiz d'évaluation en fin de formation
- Évaluation de satisfaction
- Certification : nous consulter
- Taux de réussite aux examens et certifications consultables sur notre site

FIN DE FORMATION

- Émargement par demi-journée
- Support de formation en PDF
- Attestation de fin de formation
- Bilan formateur

ACCESSIBILITÉ

- Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Accompagnement personnalisé et adaptation pédagogique possible (parcours et temps de formation) en fonction du handicap : nous consulter.

TRACKING CAMÉRA 3D

- Analyser le mouvement de la caméra dans une vidéo.
- Créer une caméra 3D à partir du tracking.
- Intégrer des éléments dans une scène filmée en respectant la perspective.



CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PROGRAMME FORMATION

UNIVERS PHOTO/VIDÉO

LIGHTROOM

PUBLIC VISÉ

Photographe, Graphiste, Créateur de contenu numérique…
Toute personne souhaitant s'initier ou structurer sa pratique de la retouche et de la gestion d'images numériques.

PRÉ-REQUIS

Bonne maîtrise de l'environnement Windows ou Mac.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

2 jours (14 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 19-20 **oct. 2026**
- 4-5 **janv. 2027**
- 12-13 **avr. 2027**
- 6-7 **juil. 2027**

OBJECTIFS

- Maîtriser les fonctions de base d'Adobe Lightroom CC pour une utilisation efficace.
- Découvrir et personnaliser l'interface du logiciel.
- Gérer, retoucher et exploiter des images sur le web et sur appareils mobiles.
- Explorer les innovations récentes comme les outils IA (Generative Remove, Adaptive Profiles) et les nouvelles capacités de partage et d'organisation.

CONTENU

DÉCOUVERTE DE L'INTERFACE ET DES FONCTIONNALITÉS DE LIGHTROOM CC

- Comprendre le fonctionnement des modules, des panneaux et du film fixe.
- Naviguer entre les options de vues et les vues plein écran.
- Gérer les connexions à Adobe Creative Cloud et le stockage synchronisé.
- Régler les préférences selon ses besoins.
- Accéder aux tutoriels intégrés à l'application pour apprendre directement en contexte.

IMPORTER DES IMAGES

- Importer des images depuis plusieurs sources : carte(s) mémoire, appareil photo numérique, disque dur, smartphone.
- Définir les paramètres d'import en fonction des objectifs de travail.

DÉFINIR LE STOCKAGE DES IMAGES

- Choisir de stocker les images en local et/ou dans le Cloud.
- Synchroniser Lightroom Classic vers Lightroom CC.
- Utiliser les aperçus dynamiques pour éditer sans importer tous les fichiers originaux.
- Déplacer des photos du Cloud vers un stockage local pour optimiser l'espace.

S'APPROPRIER LA GESTION DES IMAGES

- Classer les images au sein de collections et albums.
- Trier et noter ses photos pour faciliter la gestion des sélections.
- Créer des Smart Albums pour retrouver automatiquement des images selon des critères définis.

UTILISER LES MÉTADONNÉES ET LA RECHERCHE PAR FILTRES

- Ajouter des métadonnées et des mots clés aux images.
- Rechercher et filtrer les photos grâce aux métadonnées, mots clés, et tags intelligents.
- Exécuter une recherche sémantique avancée (ex. trouver une "chien dans la neige").

PRATIQUER LA RETOUCHE GLOBALE D'IMAGES

- Recadrer et redresser des images.
- Corriger les défauts optiques, la balance des blancs, les contrastes, les couleurs et les tons.
- Appliquer et gérer des paramètres prédéfinis (presets).
- Utiliser des outils d'amélioration comme Denoise, Super Resolution et Raw Details pour optimiser la qualité.
- Appliquer des profils adaptatifs (Adaptive Profiles) pour améliorer automatiquement les rendus HDR et les tons naturels.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

LIGHTROOM

MOYENS, MÉTHODES & OUTILS

- 1 PC/personne – possibilité pour les stagiaires d'utiliser leur ordinateur portable et leurs propres ressources – accès Wi-Fi mis à disposition
- 1 vidéoprojecteur ou grand écran
- Logiciel : Adobe Lightroom
- Pédagogie progressive. Alternance entre apports théoriques et exercices d'application simples
- Intervenants : professionnels en activité, praticiens du terrain et formateurs expérimentés.

SUIVI – ÉVALUATION

- Exercices de validation en continu pendant la formation
- Quiz d'évaluation en fin de formation
- Évaluation de satisfaction
- Certification : nous consulter
- Taux de réussite aux examens et certifications consultables sur notre site

FIN DE FORMATION

- Émargement par demi-journée
- Support de formation en PDF
- Attestation de fin de formation
- Bilan formateur

ACCESSIBILITÉ

- Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Accompagnement personnalisé et adaptation pédagogique possible (parcours et temps de formation) en fonction du handicap : nous consulter.

PRATIQUER LA RETOUCHE LOCALE D'IMAGES GRÂCE AUX MASQUES

- Utiliser l'outil pinceau de retouche.
- Appliquer des dégradés linéaires et radiaux.
- Exploiter les masques automatiques générés par l'IA pour isoler des zones selon des sujets, paysages, ciels, etc.

FONCTIONS AVANCÉES D'ÉDITION ASSISTÉE PAR IA

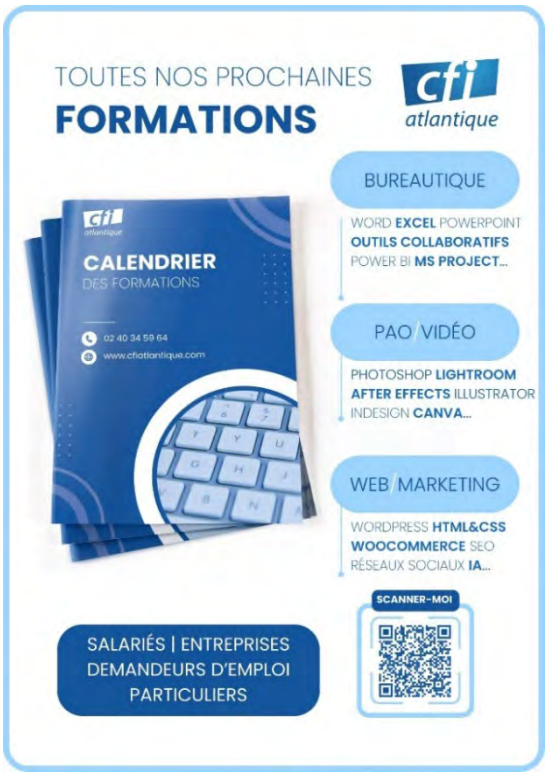
- Appliquer l'outil Generative Remove pour supprimer rapidement des objets ou distractions non désirées dans une photo.
- Accéder à des nouveaux presets d'effets (Blur, Adaptive Landscape) alimentés par IA pour enrichir rapidement une scène.
- Visualiser et mettre à jour les paramètres d'édition basés sur l'IA dans une image (AI Edit Status).

EXPORTER DES FICHIERS

- Choisir les formats d'images adaptés à l'usage final (JPEG, PNG, etc.).
- Créer des paramètres d'export personnalisés.
- Exporter des images vers Photoshop ou d'autres applications.
- Partager des images et des albums (par lien privé ou QR code, sans abonnement requis).

DÉCOUVRIR LIGHTROOM WEB ET MOBILE

- Explorer Lightroom web et son espace de travail.
- Utiliser les fonctionnalités mobiles de Lightroom (Android, iOS).
- Comprendre les interactions entre Lightroom CC, Lightroom mobile et Lightroom web.
- Partager et éditer des photos depuis n'importe quel appareil.



CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PREMIERE PRO initiation

PUBLIC VISÉ

Graphiste, Monteur vidéo, Vidéaste…
Toute personne souhaitant être autonome dans la création de vidéo avec Adobe Premiere Pro.

PRÉ-REQUIS

Bonne maîtrise de l'environnement Windows ou Mac. Connaissances du langage audiovisuel. Connaissances sur After Effects et Photoshop sont un plus.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

1 jour (7 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 29 **sept. 2026**
- 11 **déc. 2026**
- 11 **mars 2027**
- 8 **juin 2027**

OBJECTIFS

- Connaître les aspects techniques des formats de fichiers vidéo et audio.
- Réaliser un projet de montage vidéo complet, du rush à la création du fichier film final.

CONTENU

INTRODUCTION

- Comprendre les différents formats et codecs pour la vidéo et le son.
- Identifier les étapes du flux de production audiovisuelle.
- Importer des clips vidéo et audio.
- Découvrir l'interface d'Adobe Premiere Pro et paramétrer les préférences.

IMPORTATION ET ORGANISATION

- Régler les paramètres du projet.
- Importer des médias dans le chutier.
- Organiser les fichiers et les dossiers pour un montage structuré.

ÉDITION : LES BASES DU MONTAGE

- Créer un premier montage de type rough cut.
- Appliquer des corrections préliminaires.
- Utiliser plusieurs pistes vidéo et audio.
- Déplacer des éléments sur la timeline et utiliser l'outil Rasoir.
- Naviguer efficacement dans la séquence.

ASTUCES DE MONTAGE

- Exporter une image fixe depuis une séquence vidéo.
- Modifier la durée des plans.
- Caler et ajuster l'audio dans la timeline.

ANIMER DES ÉLÉMENTS

- Importer des fichiers Photoshop dans Premiere Pro.
- Animer des calques et éléments graphiques.
- Utiliser la liaison dynamique avec After Effects.

EFFETS ET TRANSITIONS

- Appliquer et régler des effets vidéo.
- Appliquer et ajuster des transitions entre les séquences.

TITRAGE ET EXPORTATION

- Créer des titres et éléments de texte.
- Exporter le projet selon différents formats et destinations.

PROJETS D'APPLICATION

- Réaliser des exercices pratiques d'application pour consolider les acquis.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PROGRAMME FORMATION

UNIVERS PHOTO/VIDÉO

MONTAGE VIDÉO AVEC CAPCUT

PUBLIC VISÉ

Toute personne désirant s'initier au montage vidéo avec un logiciel gratuit.

PRÉ-REQUIS

Être familiarisé avec l'utilisation d'un ordinateur.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

1 jour (7 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 30 **sept. 2026**
- 16 **déc. 2026**
- 24 **mars 2027**
- 21 **juin 2027**

OBJECTIFS

- Acquérir une méthodologie et maîtriser les bases du montage vidéo en utilisant un outil gratuit tel que CapCut afin de créer, modifier et exporter un film destiné au web ou aux réseaux sociaux.

CONTENU

INTRODUCTION

- Comprendre les notions fondamentales de la vidéo numérique, notamment la résolution, le ratio d'image, la fréquence d'images et les principes de compression.
- Identifier les principaux formats de fichiers audio, vidéo et image utilisés en montage vidéo.

ACQUISITION DES RESSOURCES : VIDÉOS, PHOTOS, SONS

- Importer des vidéos, des photos et des fichiers audio dans CapCut.
- Utiliser la bibliothèque intégrée de CapCut comprenant musiques libres, effets sonores et modèles.
- Organiser les médias et les rushs sur la timeline pour structurer le projet.

MONTAGE VIDÉO

- Réaliser les opérations de base du montage telles que la découpe, l'assemblage, la suppression et la duplication de séquences.
- Ajuster les éléments vidéo grâce aux outils de glissement, de recadrage et de rotation.
- Gérer un montage multi-pistes incluant vidéo, texte et audio.
- Synchroniser les images avec la musique ou les sons en s'appuyant sur le rythme.

RÉGLAGES ET AJUSTEMENTS

- Ajouter et paramétrer des transitions vidéo comme les fondus, zooms ou balayages.
- Régler les niveaux sonores, les fondus audio et l'équilibre gauche/droite.
- Intégrer une voix-off et utiliser les fonctions de sous-titrage automatique.

EFFETS VISUELS ET HABILLAGE

- Appliquer des filtres et effets vidéo tels que le noir et blanc, les styles vintage et les corrections colorimétriques simples.
- Créer des textes, titres et sous-titres animés ainsi que des génériques.
- Modifier la vitesse des séquences avec des ralentis, accélérations ou arrêts sur image.
- Ajouter des stickers, GIFs et éléments graphiques en superposition.

EXPORTATION ET DIFFUSION

- Choisir les formats d'exportation adaptés tels que MP4 ou 4K selon les besoins.
- Paramétrer la qualité de sortie en ajustant la résolution et la fréquence d'images.
- Optimiser les vidéos pour une diffusion sur les réseaux sociaux.
- Gérer le rapport qualité et poids du fichier afin de garantir un partage fluide.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

INITIATION MONTAGE VIDÉO

PUBLIC VISÉ

Toute personne désirant s'initier au montage vidéo avec un logiciel libre.

PRÉ-REQUIS

Être familiarisé avec l'utilisation d'un ordinateur.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

1 jour (7 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 30 **sept. 2026**
- 16 **déc. 2026**
- 24 **mars 2027**
- 21 **juin 2027**

OBJECTIFS

- Acquérir une méthodologie claire et maîtriser les bases du montage vidéo afin de créer, modifier et exporter un film à l'aide d'un outil de montage vidéo gratuit de type Windows Movie Maker ou équivalent.
- Être capable de produire une vidéo simple, cohérente et optimisée pour une diffusion web ou locale.

CONTENU

INTRODUCTION À LA VIDÉO NUMÉRIQUE

- Comprendre les notions fondamentales de la vidéo numérique : résolution, ratio d'image, fréquence d'image et compression.
- Identifier les principaux formats de fichiers vidéo, audio et image.
- Différencier les usages selon la destination de la vidéo (web, projection, archivage).

ACQUISITION ET GESTION DES RESSOURCES

- Importer des vidéos, photos et fichiers audio.
- Organiser et stocker les médias d'un projet vidéo.
- Appliquer les bonnes pratiques de nommage et de classement.
- Comprendre l'impact du poids et du format des fichiers sur le montage.

DÉCOUVERTE DE L'INTERFACE ET DU PROJET

- Présenter l'interface du logiciel de montage.
- Identifier la bibliothèque de médias, la timeline et la fenêtre de prévisualisation.
- Créer et gérer un projet vidéo.
- Paramétrer le format et la résolution du projet.

LES BASES DU MONTAGE VIDÉO

- Découper, supprimer et réorganiser des séquences.
- Réaliser des raccords simples.
- Gérer la chronologie du montage sur la timeline.
- Synchroniser les pistes audio et vidéo.

RÉGLAGES AUDIO ET TRANSITIONS

- Régler les niveaux sonores et le volume des pistes audio.
- Comprendre les notions de gain et de fondus sonores.
- Ajouter et paramétrer des transitions audio.
- Ajouter et régler des transitions vidéo adaptées au montage.

EFFETS VISUELS ET HABILLAGE

- Appliquer des effets vidéo simples (noir et blanc, luminosité, contraste).
- Ajuster la vitesse des séquences (ralenti, accéléré, arrêt sur image).
- Créer des titres, sous-titres et génériques.
- Respecter les principes de lisibilité et de hiérarchie visuelle.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

INITIATION MONTAGE VIDÉO

MOYENS, MÉTHODES & OUTILS

- 1 PC/personne – possibilité pour les stagiaires d'utiliser leur ordinateur portable et leurs propres ressources – accès Wi-Fi mis à disposition
- 1 vidéoprojecteur ou grand écran
- Logiciel : Movie Maker ou équivalent
- Pédagogie progressive. Alternance entre apports théoriques et exercices d'application simples
- Intervenants : professionnels en activité, praticiens du terrain et formateurs expérimentés.

SUIVI – ÉVALUATION

- Exercices de validation en continu pendant la formation
- Quiz d'évaluation en fin de formation
- Évaluation de satisfaction
- Certification : nous consulter
- Taux de réussite aux examens et certifications consultables sur notre site

FIN DE FORMATION

- Émargement par demi-journée
- Support de formation en PDF
- Attestation de fin de formation
- Bilan formateur

ACCESSIBILITÉ

- Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Accompagnement personnalisé et adaptation pédagogique possible (parcours et temps de formation) en fonction du handicap : nous consulter.

BONNES PRATIQUES DE NARRATION VIDÉO

- Structurer une vidéo avec une introduction, un développement et une conclusion.
- Gérer le rythme et la fluidité du montage.
- Assurer la cohérence entre image, son et texte.
- Adapter la vidéo à son public et à son objectif de diffusion.

EXPORTATION ET DIFFUSION

- Comprendre les principes d'encodage et de compression vidéo.
- Choisir les paramètres d'export adaptés à la diffusion.
- Exporter une vidéo optimisée pour le web, les réseaux sociaux ou une lecture locale.
- Vérifier la qualité finale avant diffusion.



CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PHOTO NUMÉRIQUE initiation

PUBLIC VISÉ

Tout public

PRÉ-REQUIS

Être initié à l'utilisation d'un ordinateur.

Questionnaire de positionnement et/ou entretien individuel pour prendre en compte le projet, évaluer les acquis, les besoins et construire le plan de formation.

DURÉE

1 jour (7 heures)

MODALITÉS

- Face à face pédagogique en présentiel groupe de 6 stagiaires maximum.
- Formation personnalisée sur mesure en présentiel ou distanciel.

DÉLAIS D'ACCÈS

Inscriptions possibles, après validation du financement, jusqu'à la veille de la session dans la limite des places disponibles.

LIEU

CFI Atlantique
6 bis avenue Jules Verne
44230 SAINT-SÉBASTIEN-LOIRE
Ou sur site

DATES (sessions inter-entreprises)

- 12 **oct. 2026**
- 12 **janv. 2027**
- 5 **avr. 2027**
- 5 **juil. 2027**

OBJECTIFS

- Réaliser des prises de vue de qualité à l'aide d'un smartphone et d'un appareil photo numérique.
- Comprendre les principes techniques et créatifs de la photographie numérique.

CONTENU

FONCTIONNEMENT DE L'APPAREIL PHOTO NUMÉRIQUE

- Identifier les composants de base d'un appareil photo numérique.
- Différencier les principaux types d'objectifs et leurs usages.
- Comprendre le rôle du capteur et des supports de mémoire.

LES DIFFÉRENTS RÉGLAGES

- Comprendre le triangle d'exposition : ouverture, vitesse d'obturation et sensibilité ISO.
- Analyser les effets des réglages sur l'image : profondeur de champ, mouvement et bruit numérique.
- Régler la balance des blancs selon les conditions de lumière.
- Utiliser les différents modes de prise de vue : mode automatique, modes scènes et modes semi-automatiques.

LE CADRAGE ET LA COMPOSITION

- Choisir les angles de vue : normal, plongée et contre-plongée.
- Appliquer les différents types de cadrage.
- Utiliser la règle des tiers pour structurer une image.
- Exploiter les lignes directrices pour guider le regard.
- Composer une image à l'aide de la symétrie.
- Simplifier la composition grâce au minimalisme.
- Adapter la composition au point de vue choisi.
- Photographier des motifs répétitifs et des textures.
- Appliquer la règle des impairs pour dynamiser l'image.

LA LUMIÈRE

- Identifier les différentes directions de la lumière : frontale, oblique, latérale, contre-jour, plongée, contre-plongée, rasante, directe et indirecte.
- Mettre en œuvre les quatre schémas d'éclairage de base en portrait : Butterfly, Loop, Rembrandt et Split.

LES DIFFÉRENTS TYPES D'APPAREILS PHOTO NUMÉRIQUES

- Comparer les avantages et les limites des différents types d'appareils : reflex, bridge, compact, hybride et smartphone.

PHOTOGRAPHIER AVEC UN SMARTPHONE

- Appliquer des conseils pratiques pour améliorer la qualité des photos réalisées avec un smartphone.
- Choisir le bon objectif selon la situation.
- Utiliser la grille de composition intégrée.
- Exploiter les lignes directrices.
- Modifier son point de vue pour enrichir la composition.

QUELQUES PHOTOGRAPHES CÉLÈBRES

- Découvrir des photographes de référence, de Man Ray à David LaChapelle en passant par Elliott Erwitt.
- Analyser leurs styles et leurs approches photographiques.

CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

PHOTO NUMÉRIQUE initiation

MOYENS, MÉTHODES & OUTILS

- 1 PC/personne – possibilité pour les stagiaires d'utiliser leur ordinateur portable et leurs propres ressources – accès Wi-Fi mis à disposition
- 1 vidéoprojecteur ou grand écran
- Logiciel : aucun
- Pédagogie progressive. Alternance entre apports théoriques et exercices d'application simples
- Intervenants : professionnels en activité, praticiens du terrain et formateurs expérimentés.

SUIVI – ÉVALUATION

- Exercices de validation en continu pendant la formation
- Quiz d'évaluation en fin de formation
- Évaluation de satisfaction
- Certification : nous consulter
- Taux de réussite aux examens et certifications consultables sur notre site

FIN DE FORMATION

- Émargement par demi-journée
- Support de formation en PDF
- Attestation de fin de formation
- Bilan formateur

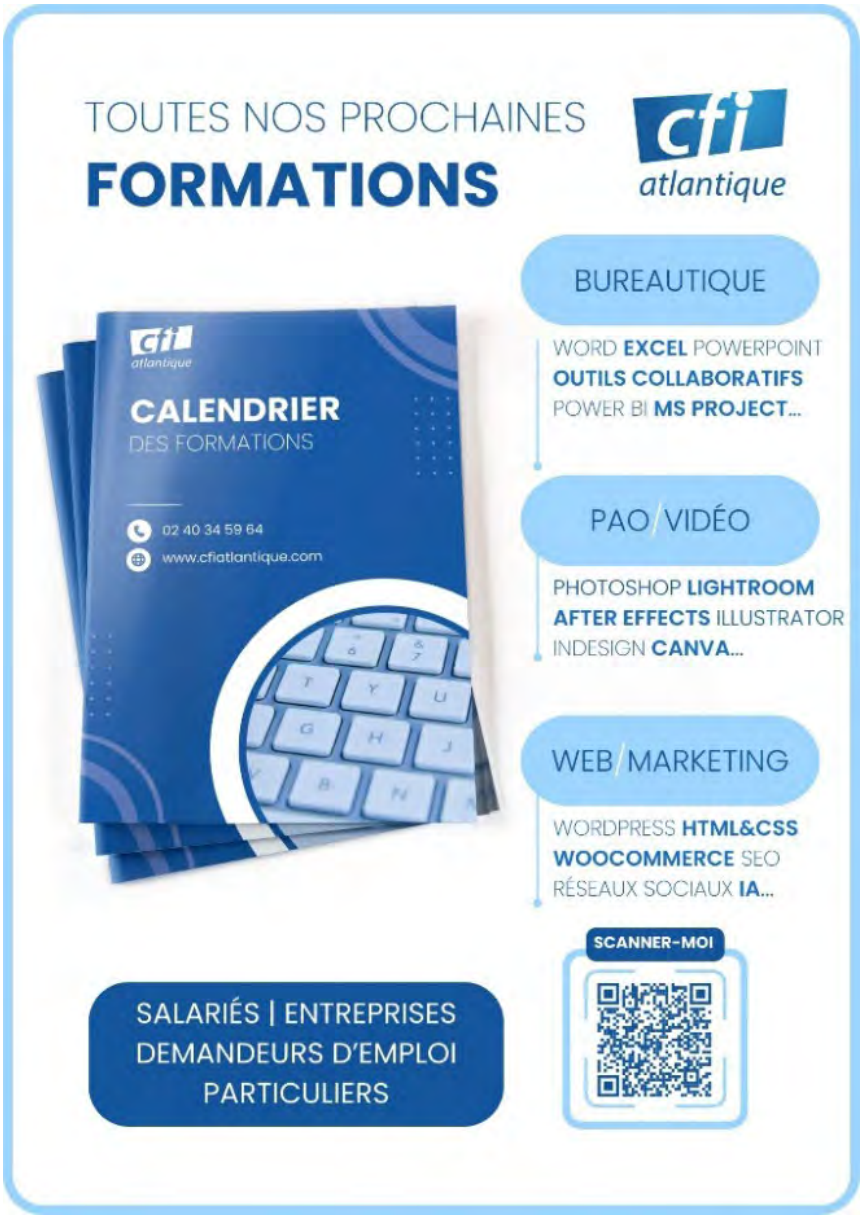
ACCESSIBILITÉ

- Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite
- Accompagnement personnalisé et adaptation pédagogique possible (parcours et temps de formation) en fonction du handicap : nous consulter.

ATELIER PRATIQUE

- Réaliser des prises de vue d'objets à l'aide d'une boîte à lumière.
- Photographier en extérieur afin d'exercer son regard et sa sensibilité à la lumière et à la composition.

.



CFI ATLANTIQUE
6 bis avenue Jules Verne – 44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. : 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52 – info@cfiatlantique.com – www.cfiatlantique.com

©CFI Atlantique

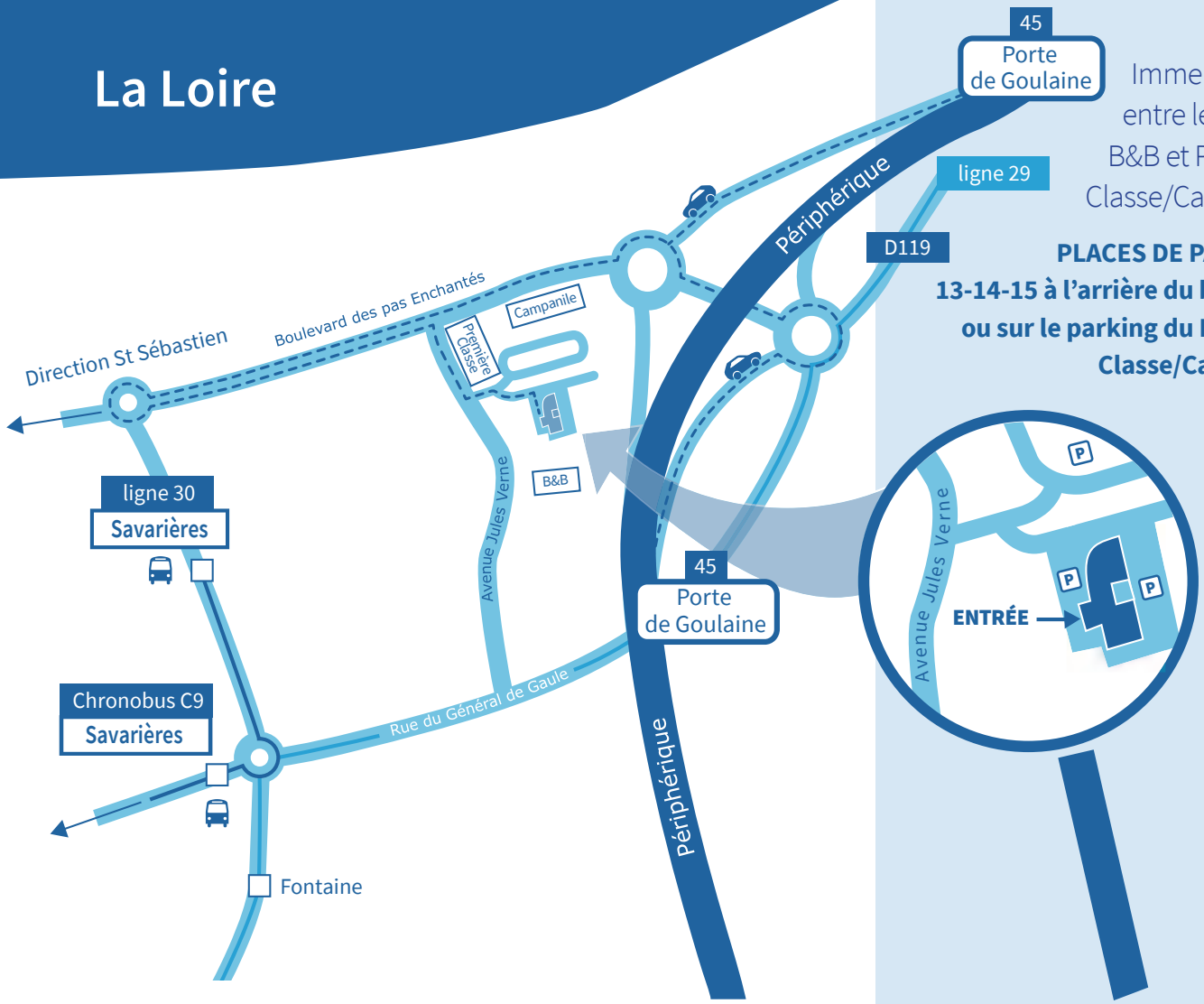


5
salles de formation

La Loire

Immeuble gris entre les hôtels B&B et Première Classe/Campanile

PLACES DE PARKING :
13-14-15 à l'arrière du bâtiment ou sur le parking du Première Classe/Campanile



St-Sébastien-sur-Loire

Parc d'activité des Grésilières
6 bis avenue Jules Verne - 1er étage
44230 SAINT-SÉBASTIEN-SUR-LOIRE
Tél. 02 40 34 59 64 / 06 95 85 40 52
info@cfiatlantique.com - www.cfiatlantique.com

lescop SOCIÉTÉS COOPÉRATIVES

cfi atlantique