

# Apprendre à filmer avec son smartphone et à monter ses vidéos

Organisé par [FRCIVAM Pays de la Loire](#)

du 21/05/2026 au 22/05/2026

2 jours

Angers, France Pays de la Loire

Les structures associatives sont de plus en plus amenées à s'appuyer sur des supports vidéos pour communiquer et valoriser leurs actions, en produisant des contenus à destination du web et des réseaux sociaux. Comment tourner des vidéos performantes en limitant les coûts et en simplifiant la production ?

Pour des formats courts notamment, nous sommes nombreux aujourd'hui à avoir en poche le matériel du reporter 2.0. Filmer avec son mobile est devenu incontournable dans la réalisation de supports

## Objectifs

- Acquérir les bases théoriques de la prise d'image et du son.
- Savoir régler son smartphone et optimiser la qualité de l'image et du son en vue d'un tournage.
- Connaître les règles essentielles de cadrage afin de composer des images esthétiques.
- Apprendre à bien préparer son tournage.
- S'initier au montage vidéo avec un logiciel Gratuit.

Cette formation est orientée vers la pratique : production de contenus numériques avec un smartphone. Les séquences théoriques courtes sur les bases du cadrage ou de la prise de son alternent avec des exercices en situation : Rédaction d'un scénario, tournage d'une interview avec prise d'images en extérieur, montage vidéo

## Programme

Jour 1

?Connaître les notions essentielles liées à l'image et au son

- État des lieux des différents réglages techniques pour pouvoir paramétrer correctement son smartphone pour un projet vidéo.
- Découverte des grands principes de cadrage afin d'obtenir des images esthétiques.

• Astuces à connaître pour réussir sa prise de vue et sa prise de son.

?Apprendre à bien préparer son tournage

- La rédaction d'un scénario/ séquencier.
- Les points de vigilance à prendre en compte lors de la préparation d'un tournage.

?Mise en pratique des notions théoriques lors d'un tournage (en trinôme)

- Tournage d'une Interview courte.
- Réalisation d'une série d'images d'illustration.

**Organisme de formation :** [FRCIVAM Pays de la Loire](#)

**Tarifs :** Gratuité sur les coûts pédagogiques pour les salariés dépendant d'OCAPIAT  
750 € (hors hébergement et repas) pour les autres salariés.

**Date limite d'inscription :**  
30/04/2026

**Téléphone :** 0749776206

**Référent formation :** Chrystelle BIDAU

**Mail :** [frcivampdl@civam.org](mailto:frcivampdl@civam.org)

**Site internet :**

<https://www.civam-paysdelaloire.org/>

**Programme de formation :**

[Programme Apprendre à filmer avec son smartphone et à monter ses vidéos- 21 et 22 mai 2026 \(pdf\)](#)

**Lien d'inscription :**

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfdijYP\\_4iakcJnzP94RbPFw2js99by0W0tjoDLBxvqhzGsqA/viewform?usp=sharing&ouid=114223659589943006402](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfdijYP_4iakcJnzP94RbPFw2js99by0W0tjoDLBxvqhzGsqA/viewform?usp=sharing&ouid=114223659589943006402)

## Jour 2

?S'initier au montage vidéo au moyen d'un logiciel gratuit (trinôme)

- Organisation et préparation des différents médias (vidéos, photos, sons, musiques) avant un montage.
- Découverte de l'interface du logiciel.
- Réalisation d'un montage de 30s à 1min à partir des éléments tournés la veille.
- Intégrer des titres et un générique à son montage

?Visionnage et analyse collective des différents montages réalisés

- Auto-critique et regard extérieur des autres groupes.
- Points d'améliorations possibles : conseils pour améliorer son projet et aller plus loin

Questionnaire et évaluation de la formation

## Public cible

Pas de pré requis

Tout public

## Intervenants

PHENOPTIK Jean Guillaume Bouëxière

PHENOPTIK Antoine Claudel