

Photographier son travail soi-même

Tout ce qu'il faut savoir pour créer vos propres photos
et vidéos, avec un téléphone.

12 PAGES · AUCUN MATÉRIEL REQUIS · À PARTAGER LIBREMENT

Votre téléphone suffit. Vraiment.

La différence entre une photo qui vend et une photo qui dessert ne se joue presque jamais sur le matériel. Elle se joue sur trois choses: d'où vient la lumière, ce qu'il y a derrière, et deux réglages que personne n'utilise.

Ce guide ne contient aucun conseil qui demande d'acheter quoi que ce soit. Il est écrit pour les indépendants et les petites entreprises qui doivent alimenter leurs réseaux, leur site ou leur boutique en ligne sans faire appel à un photographe à chaque fois.

Les trois règles qui changent tout	P. 3
La lumière	P. 4
Le fond	P. 5
Les réglages de votre téléphone	P. 6
Le cadrage et la stabilité	P. 7
Combien de photos, sous quels angles	P. 8
Les formats selon l'usage	P. 9
Quoi photographier au quotidien	P. 10
Transmettre vos fichiers sans les abîmer	P. 11
La liste de contrôle	P. 12

Les trois règles qui changent tout.

Si vous ne retenez que cette page, vous aurez déjà de meilleures photos que 90% des comptes que vous croisez.

1 Placez-vous face à une fenêtre

Lumière naturelle, évitez le plafonnier, évitez le flash.
Le sujet reçoit la lumière, vous tournez le dos à la fenêtre..

2 Verrouillez l'exposition avant de déclencher

Appui long sur le sujet à l'écran, puis glissez le doigt vers le bas pour assombrir légèrement. C'est le geste qui sauve les blancs et les couleurs.

3 Ne zoomez jamais

Le zoom du téléphone dégrade l'image. Approchez-vous physiquement, ou recadrez après coup.

Et une quatrième, gratuite

Nettoyez l'objectif avec un tissu propre avant chaque série. Un téléphone passe ses journées dans une poche: le film de gras sur la lentille est la première cause de photos ternes et floues.

Le facteur numéro un, très loin devant les autres.

Placez-vous près d'une fenêtre, idéalement le matin ou en fin d'après-midi, quand la lumière est douce et chaude. En plein midi, elle est dure et creuse les ombres.

Ce qui fonctionne

Le sujet face à la fenêtre, ou de trois quarts. Une journée nuageuse, qui transforme le ciel en immense diffuseur. Un rideau blanc ou un drap fin tendu devant la vitre quand le soleil tape trop fort.

Ce qu'il faut éviter

Les néons et les plafonniers, qui donnent un teint jaune ou gris. Le flash, qui aplatit tout et fausse les couleurs. Le contre-jour, c'est-à-dire vous devant la fenêtre et le sujet dans l'ombre. Et le mélange des deux, lumière de fenêtre plus lampe allumée, qui crée deux températures de couleur impossibles à rattraper.

Le test des trois secondes

Avant de déclencher, regardez d'où vient l'ombre du sujet. Si elle part vers vous, la lumière est bien placée. Si elle part derrière, vous êtes en contre-jour: tournez-vous.

Prenez trente secondes pour regarder derrière.

C'est l'erreur la plus fréquente, et la plus facile à corriger.
Le fond ne doit pas raconter autre chose que le sujet.

Ce qui fonctionne

Un mur clair, une surface en bois, un tissu uni en lin ou en coton, un plan de travail rangé, un plaid neutre. Idéalement dans des tons qui appartiennent déjà à votre univers de marque.

Ce qu'il faut éviter

Les objets du quotidien qui traînent : téléphone, clés, tasse, chargeur.
Les couleurs vives étrangères à votre marque. Les prises électriques, radiateurs et plinthes, qu'on ne voit plus chez soi mais qu'on voit immédiatement sur une photo.

Votre mini studio

Un coin de table propre près d'une fenêtre, avec un tissu uni posé dessus.
Ça suffit, et ça coûte zéro. Photographiez toujours au même endroit : vos images gagneront en cohérence sans aucun effort supplémentaire.

Cinq minutes une fois, et c'est réglé pour toujours.

Verrouillez la mise au point et l'exposition

Appui long sur le sujet jusqu'à l'apparition du repère, puis glissez le doigt vers le bas pour assombrir un peu. Sans ça, le téléphone surexpose systématiquement les surfaces claires et vos blancs deviennent gris.

Activez la grille

Dans les réglages de l'appareil photo. Elle vous aide à garder les lignes droites et à ne pas centrer systématiquement le sujet.

Coupez le mode portrait pour les objets

Il floute les bords de façon artificielle et se trompe sur les contours fins. Gardez-le pour les personnes, et encore.

Coupez les filtres et les embellissements

Une photo neutre se retouche. Une photo filtrée ne se rattrape pas.

Le zoom, jamais

Le zoom numérique recadre en perdant de la définition. Faites deux pas en avant à la place. Si vous ne pouvez pas approcher, photographiez large et recadrez ensuite: le résultat sera meilleur.

Pour les vidéos

Filmez en 1080p à 30 images par seconde plutôt qu'en 4K. La qualité est largement suffisante pour les réseaux, les fichiers sont trois fois plus légers, et votre téléphone chauffe moins.

Deux mains, et de l'air autour du sujet.

Pour les photos

Tenez le téléphone à deux mains, coudes serrés contre le corps, et marquez une seconde d'immobilité avant d'appuyer. C'est ce qui élimine la plupart des photos floues.

Pour les vidéos

Posez le téléphone contre quelque chose de stable, une boîte, un livre, un mug, plutôt que de filmer à bout de bras. Le mouvement des mains en gros plan est beau ; le tremblement de l'image entière ne l'est jamais.

Laissez de l'air

Un peu d'espace vide en haut et sur les côtés. On peut toujours recadrer ensuite, on ne peut jamais ajouter ce qui n'a pas été photographié. C'est d'autant plus vrai que chaque réseau recadre différemment.

Si vous avez 10CHF à investir

Un petit trépied de téléphone. C'est le seul achat qui change vraiment quelque chose, surtout si vous filmez vos mains en train de travailler.

Trois à cinq prises du même sujet.

Photographier, c'est faire des options. Prendre une seule image et espérer qu'elle soit bonne est le meilleur moyen de n'avoir rien d'utilisable.

Pour chaque sujet, capturez

L'ensemble, de loin, pour situer. Un gros plan sur la matière, le motif ou la texture. Un détail de fabrication ou de finition. Une vue de trois quarts, qui donne du volume. Et si c'est un objet destiné à être utilisé, une image où il l'est.

Pour les vidéos

Filmez vingt à trente secondes en continu, même si le résultat ne vous semble pas parfait sur le moment. Une séquence trop longue se coupe, une séquence trop courte ne se rattrape pas.

La règle du doute

Si vous hésitez à prendre une photo de plus, prenez-la. Le stockage ne coûte rien, revenir sur place coûte une demi-journée.

Toujours vertical, mais pas toujours pareil.

Tenez votre téléphone debout. Une image horizontale s'affiche minuscule sur un réseau social, avec des bandes de part et d'autre, et perd tout son impact.

Publications: format 4:5

Vos images les plus soignées. Cadrage propre, lumière travaillée, fond maîtrisé. C'est ce qui reste visible durablement sur votre profil.

Stories: format 9:16

Le spontané. Une matière qui arrive, un travail en cours, l'atelier en fin de journée. Ça n'a pas besoin d'être parfait, ça a besoin d'être vrai.

Vidéos courtes: format 9:16

Quinze à soixante secondes. Le geste, la fabrication, la préparation d'une commande. C'est le format qui touche le plus de monde aujourd'hui.

Site et boutique: format libre

Souvent du carré ou de l'horizontal. Prévoyez-le au moment de la prise de vue en laissant de la marge autour du sujet.

Un seul réflexe

Filmez et photographiez toujours en vertical avec de la marge. Toutes les autres proportions s'en déduisent au recadrage. L'inverse est impossible.

Pas de séance photo. Des moments.

Le meilleur contenu n'est presque jamais organisé. Il est saisi pendant que vous travaillez. Gardez votre téléphone à portée de main.

Ce qui fonctionne partout, quel que soit le métier

- La réception d'une livraison: le colis qu'on ouvre, la matière qu'on découvre
- Le travail en cours: les mains, l'outil, la machine, le geste répété
- Le résultat juste terminé, tenu à la main, retourné, regardé de près
- La préparation d'une commande: le pliage, l'emballage, l'étiquette, le colis fermé
- Votre espace de travail, en début ou en fin de journée
- Les coulisses: ce qui rate, ce qu'on recommence, ce qu'on range
- Un client ou un utilisateur, avec son accord, en train de se servir de ce que vous faites

Le contenu le plus puissant

C'est presque toujours celui où l'on voit une personne utiliser ce que vous faites. Même quelques secondes. Même imparfait.

Jamais par messagerie instantanée.

C'est le conseil le plus ignoré, et celui qui gâche le plus de bon travail. WhatsApp, Messenger et Signal compressent automatiquement les images et les vidéos.

Ce que la compression fait vraiment

Une photo de douze mégapixels envoyée par messagerie en ressort à un ou deux. Elle reste correcte sur un écran de téléphone, et devient inutilisable pour une impression, une bannière de site ou un recadrage.

Comment envoyer

Par SwissTransfer, gratuit jusqu'à cinquante gigaoctets et hébergé en Suisse. Ou par e-mail pour quelques fichiers. Ou via un dossier partagé si vous en avez déjà un. Dans tous les cas, sans cocher l'option de réduction de taille.

Et pour vos archives

Gardez les originaux quelque part, pas seulement sur le téléphone. Une photo de produit sert souvent trois ans plus tard, pour un flyer ou une refonte de site, et c'est toujours l'original qu'il faut.

Trente secondes avant d'appuyer.

L'objectif est propre

Le sujet reçoit la lumière de la fenêtre, pas du plafonnier

Rien d'inutile n'est visible derrière ni autour

Le téléphone est vertical

J'ai touché l'écran pour verrouiller la mise au point

J'ai baissé légèrement l'exposition

Je n'ai pas zoomé

Il y a de l'air autour du sujet

Je prends trois à cinq images, pas une

Ce guide est offert par Studio Cilva, studio de graphisme et de communication visuelle en Suisse romande. Vous pouvez le partager, l'imprimer et le transmettre librement.

STUDIO CILVA • WWW.STUDIOCILVA.CH •
INFO@STUDIOCILVA.CH