



## INITIATION LUMIERE NIVEAU 1

### FORMATION TECHNICIEN·NE·S



## INITIATION LUMIERE NIVEAU 1

### FORMATION TECHNICIEN·NE·S



NANTES



PRÉSENTIEL

5 JOURS (40h)

Du 20 au 24 avril 2026



3 200 €



PÔLE CINÉMA AUDIOVISUEL  
DES PAYS DE LA LOIRE  
LA PLATEFORME

Cette nouvelle formation propose d'acquérir les **bases du travail lumière** sur un **plateau de tournage**. Identifier, choisir et exploiter les sources lumineuses pertinentes selon la situation de tournage, tout en assurant la cohérence entre sujet, arrière-plan et intention visuelle.

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les **paramètres fondamentaux de la lumière** : direction, intensité, température, couleur, diffusion, contraste.
- Identifier les **différents types de sources** (naturelles et artificielles).
- Savoir choisir et **positionner une source** pour modeler un visage, un décor ou un fond.
- Adapter la lumière aux arrière-plans et à la profondeur du champ.
- **Gérer la sécurité** et les aspects pratiques sur un plateau.

### FORMATEUR & MOYENS TECHNIQUES

- Un formateur chef électricien et un chef opérateur de la lumière des Docks du Film.
- Plateau pédagogique équipé (sources LED, HMI, Tungstène, accessoires de diffusion).
- Réflecteurs, fonds et décors d'expérimentation.
- Caméra de contrôle et moniteur pour retour visuel.
- Support de cours numérique et fiches techniques des projecteurs.

### PUBLIC & PRÉ-REQUIS

Techniciens débutants, assistants caméra, électros, pupitres débutants ou régisseurs plateau.

- Aucun pré-requis technique nécessaire, mais une familiarité avec les environnements de tournage est un plus.

### CALENDRIER ET DURÉE

Dates : Du 20 au 24 avril 2026

Durée : 5 jours soit 40 heures

Horaires : 9h-13h et 14h-18h

Lieu : Les Docks du Film

19 Bd Bâtonnier Cholet 44200 Nantes

Nombres de participant·e·s : 8 personnes



# PROGRAMME DÉTAILLÉ

## JOUR 1

### Les bases physiques et visuelles de la lumière

Théorie: lumière, couleur, température de couleur, balance des blancs.  
Lecture d'une image: comprendre la direction, la qualité et les contrastes.  
Différence entre lumière naturelle et lumière d'appoint.

## JOUR 2

### Présentation des sources et accessoires

Découverte du matériel : projecteurs Tungstène, LED, HMI, tubes, panneaux.  
Accessoires de contrôle: drapeaux, diffuseurs, gélatines, coupe-flux, réflecteurs.  
Exercices d'éclairage simple (visage, objet, fond neutre).

## JOUR 3

### Choisir et positionner ses sources

L'éclairage à trois points : key, fill et backlight.  
Gestion de l'espace et de l'arrière-plan selon la profondeur de champ.  
Exercices pratiques : éclairage d'un visage en intérieur et extérieur.

## JOUR 4

### Ambiances et cohérences visuelles

Créer une ambiance cohérente entre sujet et décor.  
Travailler la continuité lumière entre plans.  
Étude de cas : reconstituer une ambiance d'entretien, de fiction, de nuit.

## JOUR 5

### Atelier pratique et synthèse

Mise en place d'un plan simple intégrant avant-plan/sujet/arrière-plan.  
Application des principes de réflexion et de mesure de lumière.  
Tournage d'une courte séquence supervisée et analyse collective.

## PRINCIPE PÉDAGOGIQUE & MODALITÉS D'ÉVALUATION

La formation sera avant tout **axée sur la mise en pratique** :

- Apports méthodologiques issus de l'expérience professionnelle des intervenants ; travaux dirigés encadrés ; évaluation continue sur exercices pratiques.
  - **Évaluation finale : mise en lumière d'un plan imposé.**
  - Le formateur fera un entretien individuel avec chaque participant-e à l'entrée et en fin de formation pour évaluer sa progression.
- > Un questionnaire de satisfaction de la formation est rempli par chaque stagiaire en fin de formation et analysé ensuite par l'équipe pédagogique.

# MODALITÉS

## CANDIDATURE ET SÉLECTION

Pour postuler : envoyez CV et lettre de motivation à [formation@laplateforme.net](mailto:formation@laplateforme.net)

> **Date limite de candidatures : 15 mars 2026 à minuit.**

Préalablement, veuillez vérifier vos droits à la formation et amorcer les démarches nécessaires auprès de l'organisme de financement éventuel.

> **Merci de nous préciser l'organisme de financement qui prendra en charge votre formation. (Afdas, Agefice, Unification, France Travail...).**

Dans le cadre du label "2 temps 3 mouvements", une attention particulière sera portée aux candidat-e-s des régions Pays de la Loire, Bretagne et Centre Val de Loire.

## COÛT DE LA FORMATION

### 1 – Frais pédagogiques

La Plateforme est déclarée organisme de formation auprès de la Direccte sous le n° 52440829544.

Les frais pédagogiques s'élèvent à **3 200 € par participant-e.**

Des prises en charge sont possibles auprès des organismes de financement de la formation continue (Afdas, Unification, Agefice, France Travail...). Cette formation n'est pas éligible au CPF.

Date limite de dépôt de dossier AFDAS : le 20 mars 2026.

### 2 – Frais de participation à la charge des participant-e-s

Les frais de transports, restauration et d'hébergement pour se rendre dans le lieu de formation sont à la charge du stagiaire.

Frais d'adhésion à l'association en 2026 (à partir de 15 €/an)

## CONTACTS

**Financement** : Maud Soul  
[formation@laplateforme.net](mailto:formation@laplateforme.net)  
02 40 74 10 62

## ACCESIBILITÉ DES FORMATIONS

Toutes nos formations se déroulent dans des lieux accessibles aux personnes à mobilité réduite. Un accompagnement personnalisé est proposé pour répondre aux besoins spécifiques. Si vous souhaitez nous faire part d'un déficit sensoriel ou moteur qui peut impacter votre action de formation, merci de contacter Maud Soul pour que nous puissions adapter avec vous nos modalités d'accueil.

