

Conseils pour les photographes

Sur une action, il peut y avoir deux rôles de photographe :

- un·e [photographe live](#)
- un·e [photographe pour plus tard](#)

Si vous êtes photographe "pour plus tard", vos photos ont pour vocation d'apparaître dans un communiqué de presse (CP) ou dans une publication soignée sur les réseaux sociaux (qui sera créée a posteriori).

On s'attend à des clichés plus soignés car on laisse le temps à ces médiactivistes de retoucher leurs photos.

Et on privilégiera les *boîtiers photo de qualité* (reflex/DSLR, hybride) pour ce genre de clichés.

La plupart des conseils si-dessous s'appliquent aux photographes "pour plus tard".

☐ Le format de fichier

Si vous avez la possibilité de choisir le **format RAW (ou DNG)** sur votre appareil, choisissez-le. Sur Android, c'est le mode "Professionnel".

Le RAW (DNG étant une alternative à RAW) est un format de fichier brut, non compressé.

Il reflète exactement ce que le capteur photo a perçu.

Alors que le JPEG est un fichier compressé, qui a perdu une grande quantité de données par rapport à l'original.

En guise de comparaison, le RAW est comme le négatif : c'est lui qui a le plus de détails, de contrastes, de profondeur dans les couleurs, mais il faut le convertir en JPEG avant de pouvoir le publier.

Alors que le JPEG est le tirage fait à partir du négatif : il est bien équilibré, léger, et on peut le publier, mais on ne peut pas vraiment le retoucher car il a perdu beaucoup de détails dans le processus de compression.

Pour retoucher un RAW et le convertir en JPEG, on utilise un logiciel dédié.

Ma reco : [Lightroom](#)



Pour les photographes live c'est différent, il faut shooter en JPEG. En effet, on n'a pas le temps de traiter les RAW, il faut poster en direct.

☐ Pour insta

Le ratio

Pour publier sur insta en 2026, il faut du **4:5**.
Du moins jusqu'à ce qu'insta change ses standards...

Si vous avez la possibilité de paramétrer votre appareil pour qu'il shoot en 4:5, c'est top.
Mais d'expérience, je ne connais aucun appareil qui le permette (que ce soit un boîtier ou un téléphone).

Ma recommandation pour être sûr·e de ne pas louper son cadrage :
Choisir un cadrage carré et shooter en RAW.

Comme le carré est plus étroit que le 4:5, si on réussit son cadrage en carré, il sera réussi en 4:5.

Et pourquoi je précise RAW ? Parce que le RAW étant un reflet de ce que capte le capteur, le fichier final sera au même format de votre capteur. Même si vous avez cadré en carré, le fichier sera complet, pas recadré.

Mais si vous n'avez pas RAW, alors n'utilisez pas le cadrage carré.
Utilisez un cadrage égal ou supérieur au 4:5 (comme du 4:3 ou du 16:9).

L'orientation

Toujours en portrait.

Voilà.

C'est tout.

Les photos ont pour vocation d'être postées sous forme de carousels, et on a choisi d'uniformiser tous les posts de XR pour qu'ils soient en portrait.

À la limite... la seule exception, c'est si vous prenez un cliché en paysage et que celui-ci peut être divisé en 2 ou 3 images portrait mises côte-à-côte dans la publi insta (ça peut donner un effet stylé).

Mais faut que l'image soit pensée comme divisible en plusieurs images indépendantes.

☐ Pour le communiqué de presse

Là vous avez plus de flexibilité.

Il y aura besoin d'**une photo en paysage de top quality**.

C'est la prio, à sécuriser avant tout.

Et ensuite quelques autres clichés paysage / portrait, qui suivront dans le CP et pourront être partagées à d'autre médias.

Pas de ratio imposé ici.

Vous pouvez même shooter en carré si vous voulez.

Si vous êtes la/le seul·e photographe sur l'action, pensez à prendre suffisamment de photos en portrait (idéalement en 4:5) pour pouvoir les utiliser sur insta.

☐ Conseils généraux pour de bô clichés

- Choisissez la meilleure résolution (ai-je besoin de le spécifier ?)
- [Activez la grille 3x3](#)
- [Activez la stabilisation](#)
- Si vous avez un boîtier pro, choisissez une durée d'exposition très courte (faites des tests avant). C'est trop triste de se rendre compte après coup que la moitié des clichés sont flous...
- [Déplacez-vous pendant l'action](#)
- [Concentrez l'attention sur un sujet à la fois](#)

À vos marques, prêt·es... CLIC CLAC !

Révision #1

Créé 1 septembre 2026 12:19:49 par pico_

Mis à jour 1 septembre 2026 16:47:10 par pico_