

Réaliser un reportage photo pour son association

8 questions à se poser, 20 conseils pour y répondre,
20 erreurs à ne pas commettre

2016



POURQUOI LA PHOTO ? POURQUOI CE GUIDE ?

Parce que...

- Un support visuel est idéal pour « donner à voir » des actions « invisibles », surtout lorsqu'elles se déroulent dans des lieux « cachés » (maisons de passe, ghettos, lieux de rencontres LGBTI...), inaccessibles au public (prisons) ou relevant tout simplement de l'intimité et de la sphère privée (domicile des personnes, chambre d'hôpital...);
- Les associations partenaires de la plateforme ELSA ne disposent pas toujours des compétences et/ou de la disponibilité nécessaires à l'élaboration de supports écrits (rapports, guides, modules, fiches techniques...) ou à l'illustration et à la mise en forme de ces derniers ;
- Le fait d'être formé aux techniques de prise de vue photographique permet de mieux documenter ses activités, de mieux les capitaliser et donc de mieux les valoriser ;
- Et parce que Confucius l'a dit, « une image vaut mieux que mille mots », et que Paris-Match le répète, « le poids des mots, le choc des photos » ! 😊

SOMMAIRE

1. Qu'est-ce que je veux raconter ou documenter ?	3
2. Est-ce que mon cadre est droit ?	3
3. Quel est mon premier plan ? Mon arrière-plan ?	4
4. Suis-je assez près du sujet ?	4
5. La lumière est-elle bonne ?	7
6. Ai-je pris les bonnes photos ?	8
7. Quelles photos dois-je retenir pour mon reportage ?	9
8. A quoi dois-je penser au moment de publier mon reportage ?	12
Pour aller plus loin...	18

1. QU'EST-CE QUE JE VEUX RACONTER OU DOCUMENTER ?

Photographier signifie "écrire avec la lumière", donc quelle histoire voulez-vous écrire ? C'est tout l'art du **photoreportage**, mais c'est aussi pour capturer l'émotion d'un moment, le sens d'une action, l'histoire d'un projet...

CONSEIL N°1

Avant de prendre une photo, il faut que vous sachiez exactement ce que vous voulez photographier. Il s'agit donc de définir quel sera le sujet/thème de votre reportage, et quel sera le(s) message(s) que vous voulez faire passer à travers vos photos.

2. EST-CE QUE MON CADRE EST DROIT ?

Certes, les logiciels de retouche permettent de redresser les photos, mais ce serait quand même plus sympa de les faire bien droites dès le début, pour éviter d'avoir le mal de mer ou de terre... Pour cela, prenez des repères, ou dans le cas des habitués aux viseurs, activez l'écran LCD avec quadrillage pour vérifier que vous ne tanguiez pas ! Cela vous aidera aussi pour la composition de l'image...

CONSEIL N°2

On a souvent l'habitude de tenir son appareil photo d'une manière, soit horizontale (format "paysage"), soit verticale (format "portrait"). Demandez-vous si vous ne devriez pas changer de sens !



CONSEIL N°3

Une belle image photo est celle où on trouve des lignes. On utilise la « règle des tiers » pour les trouver. Si un personnage se situe sur une ligne de force, cela donne plus de poids à la scène. Demandez-vous si vous pouvez utiliser une perspective naturelle pour conduire le regard jusqu'au sujet par exemple. Ou au contraire si une perspective conduit le regard loin du sujet ou hors de l'image (vers le cadre).



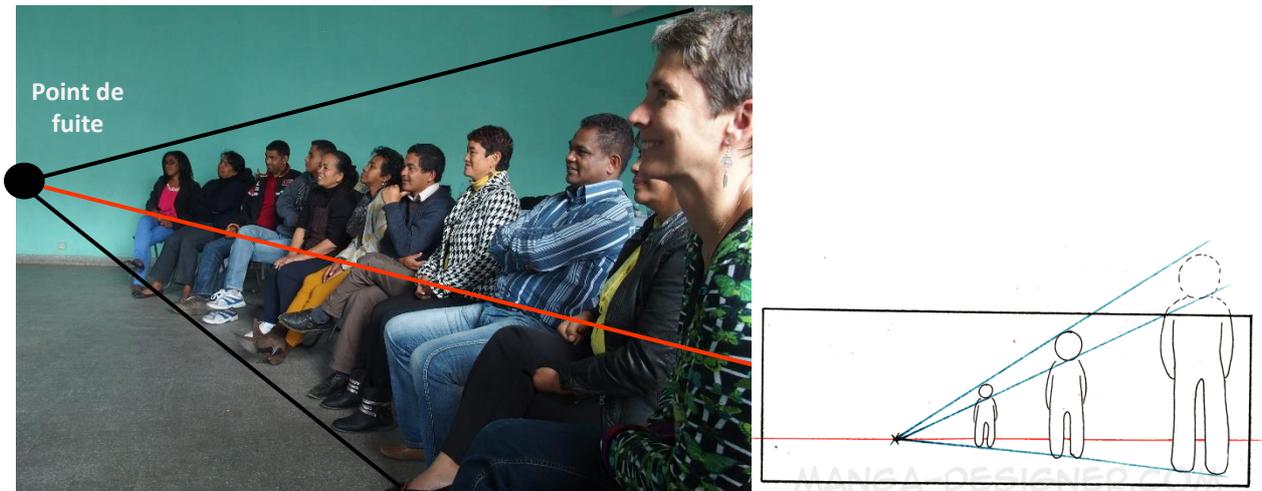
Règles des tiers respectée



Règle des tiers non respectée

CONSEIL N°4

Vous pouvez trouver ce qu'on appelle des « lignes de fuites » (ou « points de fuite »), qui créent une « perspective ». Cela fait toujours une belle photo.



3. QUEL EST MON PREMIER PLAN ? MON ARRIERE-PLAN ?

Quand on photographie un sujet, on oublie parfois de vérifier l'arrière-plan, et on découvre ensuite avec regret qu'une plante mal placée donne des oreilles de lapin à notre ami ou qu'un personnage pas très inspirant passait sur le côté de la photo... Bref, il faut surveiller son arrière-plan aussi (en général on surveille bien le premier plan), car ce genre d'éléments risque de gâcher la photo...

CONSEIL N°5

Ne retenez qu'un seul sujet principal par photo. C'est une question de choix : soit vous choisissez de photographier quelqu'un, soit vous choisissez le paysage (ou d'autres personnes) situé en arrière-plan. Si vous ne faites pas de choix, votre photo ne sera pas bonne car on ne saura pas où poser le regard, sur le premier plan ou sur l'arrière-plan.

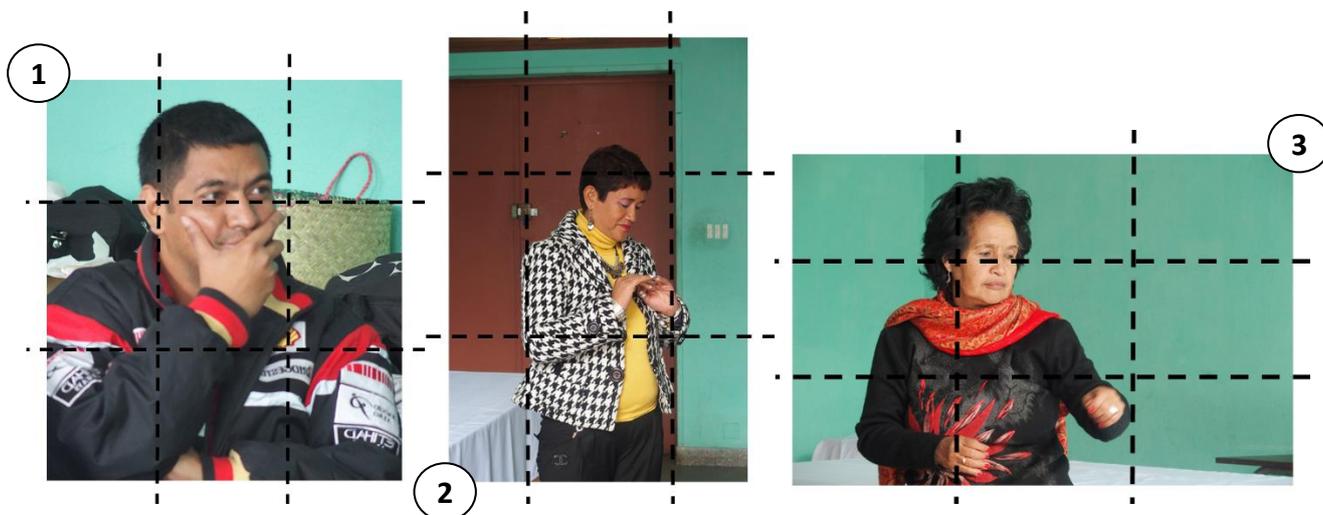


4. SUIS-JE ASSEZ PRES DU SUJET ?

Aujourd'hui, la plupart des appareils photo numériques sont dotés de zooms très puissants, et les bons reflex ont aussi des focales aux dimensions honorables... Alors utilisons ces appareils pour nous rapprocher du sujet ! La photo sera plus dynamique, le portrait plus intense, le souvenir plus fort, que si vous laissez le personnage en tout petit...

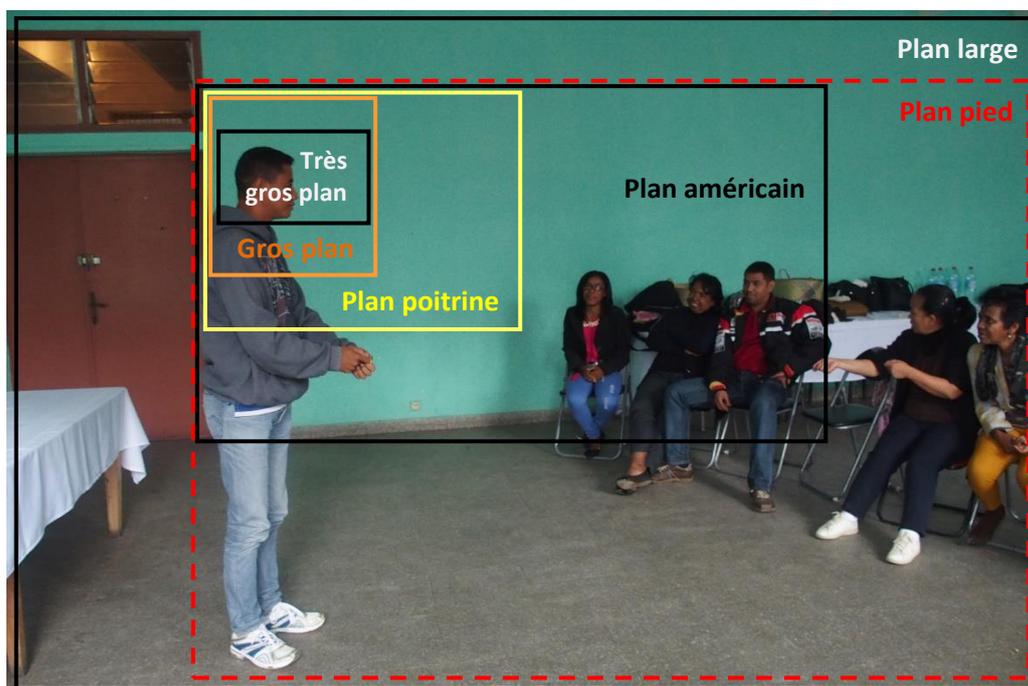
CONSEIL N°6

Pour un portrait, le regard doit se situer dans le 1/3 supérieur de l'image comme sur la photo ①, et non au milieu comme sur la photo ②. Vous pouvez aussi cadrer votre photo en format paysage, comme sur la photo ③. Rapprochez-vous et mettez-vous à la hauteur de votre sujet. Changez de point de vue souvent.



Pour aller plus loin, il existe 5 manières classiques de faire un portrait :

- **Le portrait en pied** : Comme son nom l'indique, l'idée est de prendre le sujet en entier, de la tête aux pieds. Ce type de cadrage peut être utile si vous souhaitez présenter votre sujet dans un certain contexte, quand vous souhaitez donner des informations sur le sujet grâce au décor.
- **Le plan américain** : Appelé ainsi en raison de son utilisation dans le cinéma américain, ce cadrage coupe le modèle à mi-cuisses. C'est une option intermédiaire intéressante si vous souhaitez montrer l'environnement du modèle sans vous embêter avec la position des pieds et des genoux.
- **Le plan taille** : Un peu moins courant et classique, le modèle est coupé à la taille, au niveau de la ceinture. Ce cadrage peut mettre en valeur une élégance naturelle ou une silhouette intéressante à elle seule.
- **Le plan poitrine** : Coupé à mi-bras, entre l'épaule et le coude. Très classique et efficace, ce cadrage permet à la fois de visualiser suffisamment le visage et les yeux sans forcément le voir de trop près, tout en donnant une idée de l'allure générale de la personne.
- **Gros plan / Très gros plan** : Ces deux cadrages se différencient uniquement par la présence du haut des épaules dans le cadre ou non (respectivement). Ils mettent surtout l'accent sur le regard, les traits du visage et l'expression faciale. Ils fonctionnent très bien sur les personnes aux traits marqués, que ce soit par l'âge, les conditions de vie, ou autre.





Portrait en plan pied



Portrait en plan taille



Portrait en plan américain



Portrait en plan poitrine



Portrait en gros plan



Portrait en très gros plan

CONSEIL N°7

Il est parfois nécessaire de préserver l'anonymat de la(les) personne(s) que vous voulez photographier. Dans ce cas, préférez les photos de dos (ou de trois-quarts dos) pour masquer le visage, ou bien prenez un peu de distance pour que la(les) personne(s) ne soit pas facilement reconnaissable.

5. LA LUMIERE EST-ELLE BONNE ?

Très souvent, une photo s'avère trop ou pas assez éclairée (sur-exposition / sous-exposition), parce que l'on n'a pas pris la peine de vérifier la source de lumière disponible, ou que celle-ci est trop forte ou au contraire trop faible...

CONSEIL N°8

Attention à la lumière ! Si vous photographiez quelque chose en face d'une source de lumière, votre sujet va être à contrejour (sombre) et on risque de ne pas le reconnaître...



Photo en sous-exposition (faible luminosité)



Photo en sur-exposition (forte luminosité)

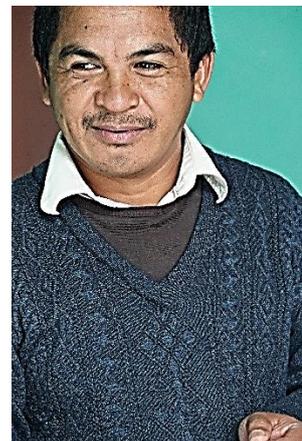
CONSEIL N°9

C'est à vous de vous déplacer, de manière à éviter le contrejour... ou au contraire à la rechercher, par exemple pour dissimuler adroitement le visage d'une personne. Expérimentez, changez de position ou d'emplacement pour prendre le cliché que vous voulez !



CONSEIL N°10

Le net et le flou : attention, si vous bougez en faible lumière, vous avez de fortes chances que votre photo soit floue. Pensez à poser votre appareil sur un trépied ou sur un support improvisé chaque fois que possible, ou calez bien votre coude le long de votre corps pour éviter de bouger.



6. AI-JE PRIS LES BONNES PHOTOS ?

Lorsqu'on fait un reportage, on a parfois l'impression de prendre trop de photos, de prendre des photos inutiles ou au contraire d'avoir raté les meilleures occasions en déclenchant au mauvais moment...

CONSEIL N°11

Soyez patients : il faut parfois rester l'œil collé à l'objectif pendant plusieurs (dizaines de) minutes pour que le sujet fasse quelque chose d'intéressant (pensez aux photographes sportifs qui attendent un but...) Et croyez-moi, vous n'avez pas envie de rater ce moment-là. Ce conseil vaut autant pour les portraits que pour les activités, les événements publics, etc.



Le mauvais moment...



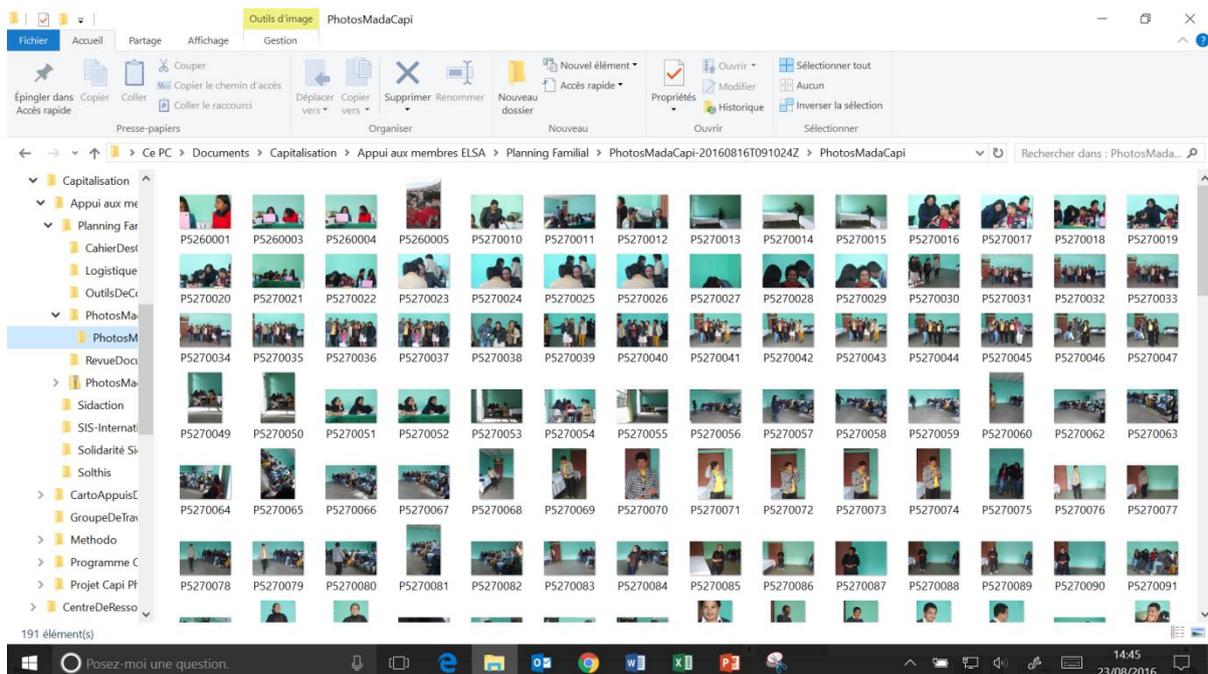
Le bon moment !

CONSEIL N°12

Forcez-vous à prendre quelques derniers clichés quand vous avez envie d'arrêter une séance photo... une fois sur deux ce seront les meilleures de la série !

CONSEIL N°13

N'ayez pas honte de prendre de mauvaises photos. Même très mauvaises. Même beaucoup. Surtout au début. Echouez, et apprenez de vos échecs.



7. QUELLES PHOTOS DOIS-JE RETENIR POUR MON REPORTAGE ?

Une fois un reportage terminé, on se retrouve généralement avec une quantité importante de photos et de nombreuses photos plus ou moins ratées. Il s'agit donc de faire un tri, une sélection, de choisir les photos les plus réussies et/ou les plus pertinentes par rapport à votre sujet...

CONSEIL N°14

Pour votre reportage, variez les « valeurs de plan » : pour un reportage photo sur un atelier de formation par exemple, on peut photographier la pièce en plan large, avec ou sans les participants, puis photographier un gros plan de participantes en train d'échanger entre elles, puis proposer le plan d'un intervenant vu de dos et faisant face aux participantes, puis enchaîner sur un support pédagogique pendant l'atelier, etc.



CONSEIL N°15

Choisissez quelques photos (pas trop) bien cadrées, bien éclairées et dynamiques, qui illustrent bien ce que vous avez choisi de raconter à travers votre reportage (thème et message). Ecartez par conséquent toutes celles qui ne correspondent pas à cette histoire.

Pour cela, voilà 3 étapes à suivre :

1. Identifier les doublons (même cadrage, même personne, même histoire, même position...)
2. Eliminer les photos techniquement mauvaises (mauvaise mise au point, manque de netteté, sous-exposition ou surexposition, têtes ou silhouettes coupées...)
3. Eliminer les éléments gênants (objets ou des personnes en arrière-plan, souvent coupés en bord de cadre, éléments distrayants dans une photo, expressions du visage peu flatteuses...)

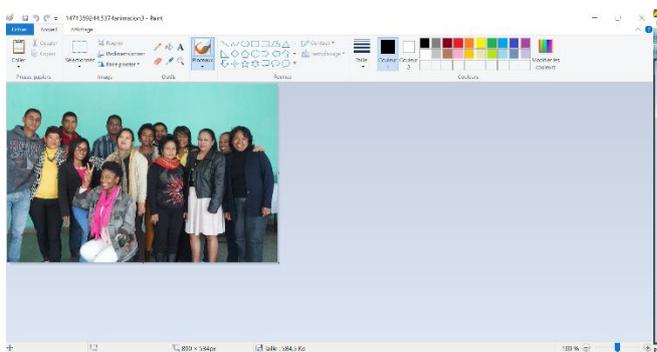


CONSEIL N°16

Retravaillez vos images : ce n'est pas de la triche, vous ne faites qu'améliorer une photo qui est déjà bonne. Vous n'obtiendrez jamais de bonne photo en retouchant un cliché médiocre, mais vous rendrez de bonnes photos inoubliables. Quelques petites corrections sont généralement suffisantes : recadrage, suppression des yeux rouges, et balance de la luminosité et des couleurs feront déjà la différence.



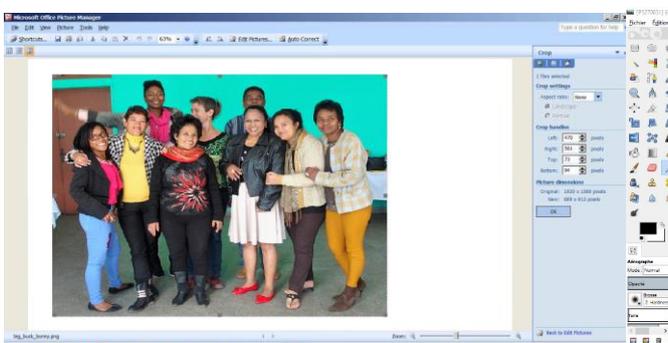
Des outils (logiciels) simples existent, librement téléchargeables sur Internet : Paint®, PhotoFiltre®, Microsoft Photo Editor®, ou encore Gimp® pour les plus aguerris d'entre vous en matière d'informatique.



Paint®



PhotoFiltre®



Microsoft Photo Editor



Editor® Gimp®

Comme le montre les exemples ci-dessus, inutile d'être un pro de Photoshop® et de la retouche photo ! Néanmoins, le logiciel Photoshop® vous permet évidemment d'aller plus loin, en ajoutant des effets à vos photos pour obtenir un résultat vraiment professionnel.

Impossible par exemple d'obtenir le résultat ci-dessous à partir de simples logiciels gratuits pour admirer une vue sur les quartiers d'Antananarivo ou ces magnifiques portraits de villageois malgaches :



Bien entendu, beaucoup d'entre vous n'ont pas d'appareil photo professionnel ni d'ordinateur à portée de main, et vous êtes de plus en plus nombreux à utiliser votre téléphone portable pour prendre des photos. Si vous disposez d'une connexion internet sur votre téléphone, vous avez la possibilité de retoucher vos photos directement sur votre appareil en téléchargeant des applications gratuites.

Snapseed® (ci-dessous), Adobe Lightroom®, PicsArt ou encore Prisma® (ci-contre) sont autant d'application simples d'utilisation, qui vous permettent également de partager vos photos avec vos collègues ou vos partenaires !



8. A QUOI DOIS-JE PENSER DOIS AU MOMENT DE PUBLIER MON REPORTAGE ?

Une fois choisi le support sur lequel vous allez publier vos photos (panneau d'affichage, rapport d'activité, site web ou page Facebook ou compte Twitter de l'association, exposition photo...), il convient de vous assurer que vos photos seront compréhensibles par tou-te-s et qu'elles seront protégées...

CONSEIL N°17

Avant de publier votre reportage, n'oubliez pas d'ajouter une légende à chacune de vos photos. Certaines photos parlent d'elles-mêmes, mais une légende permet de raconter ce qui ne se voit pas du premier coup d'œil, ou de révéler ce qui est hors-cadre. Votre légende doit être brève mais précise (date, lieu, circonstances).

Photo 1 : Les acteurs communautaires malgaches du programme PASMI en pleine réflexion sur la santé sexuelle et les droits humains lors d'un atelier de formation.

Crédit photo : Mouvement Français du Planning Familial (MFPF), Mai 2016, Antananarivo - Madagascar



CONSEIL N°18

Si une personne est reconnaissable sur vos photos, assurez-vous qu'elle est d'accord pour que ces photos soient utilisées et diffusées. N'oubliez pas en effet qu'elle a peut-être acceptée d'être prise en photo, mais que cela ne suffit pas : vous devez lui expliquer clairement pourquoi vous voulez utiliser ces photos, les objectifs de votre travail.

Si ce consentement n'est pas obtenu, utilisez seulement des photos où elle n'est pas reconnaissable, ce qui peut être obtenu de différentes manières : le port d'un habit, un contre-jour très sombre, une prise de dos, une luminosité très forte...



CONSEIL N°19

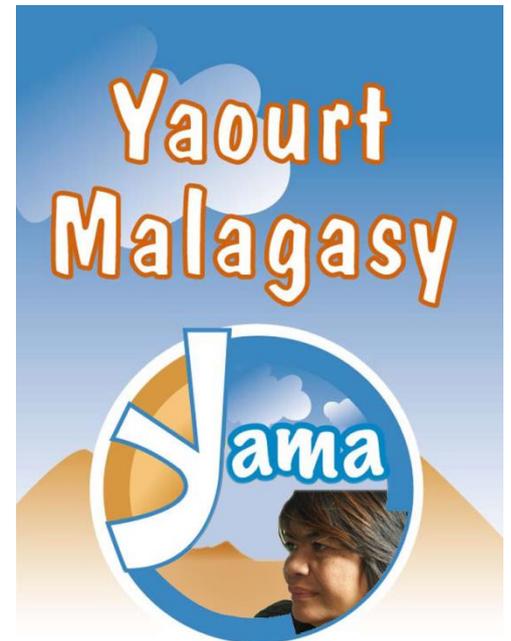
Vos photos vous appartiennent ! Protégez-les d'une utilisation frauduleuse et assurez-vous que leur utilisation ne pourra pas se faire sans votre accord ou sans vous mentionner. Pour cela, ajouter un « filigrane » sur vos photos, pour faire apparaître le « copyright » (ex : © www.plateforme-elsa.org). Veillez cependant à placer ce filigrane de manière à ne pas « abîmer » votre photo...



© Mouvement Français du Planning Familial
Tiendrebeogo Stella, Madagascar 2016

CONSEIL N°20

Ne publiez que sur des supports dont vous maîtrisez vous-mêmes le contenu, ou dont le contenu est géré par des personnes ou des organisations en qui vous avez confiance. Cela vous évitera de retrouver votre photo dans un rapport ou sur un site web dont vous n'approuvez pas le contenu et les idées, ou de vous apercevoir qu'elle a été détournée à des fins commerciales, politiques... ou tout simplement humoristiques !



9. QUELQUES ERREURS A NE PAS COMMETTRE

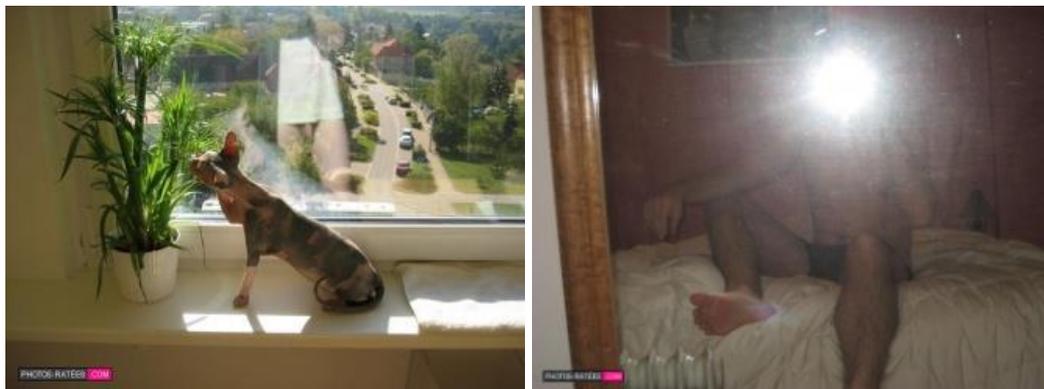
VERIFIEZ QUE VOTRE OMBRE N'EST PAS DANS LE CADRE...



POUR UN PORTRAIT, NE VOUS ELOIGNEZ PAS TROP DU SUJET...



FAITES ATTENTION AUX REFLETS SUR LES VITRES...



FAITES ATTENTION AU CONTRE-JOUR...



FAITES ATTENTION AUX PASSANTS QUI S'INVITENT SUR VOTRE PHOTO...



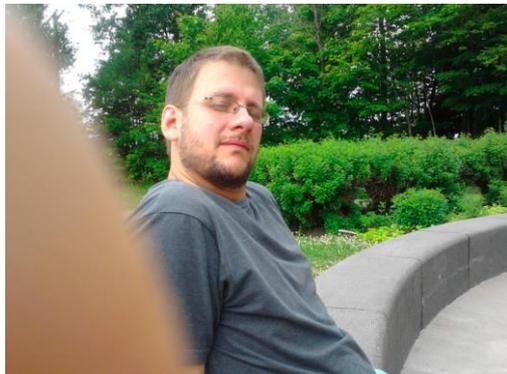
VERIFIEZ QUE LA LIGNE D'HORIZON EST BIEN... HORIZONTALE !



EVITEZ DE COUPER LES FRONTS, LES MAINS OU LES PIEDS...



ATTENTION DE NE PAS AJOUTER UN DOIGT...



PENSEZ A NETTOYER LA LENTILLE DE VOTRE APPAREIL PHOTO...



EVITEZ LES PREMIERS OU ARRIERE-PLANS INUTILES ET PAS BEAUX DU TOUT...



CHOISISSEZ LE BON MOMENT...



FAITES LA MISE AU POINT AU BON ENDROIT...



EVITEZ LES ILLUSIONS D'OPTIQUE DOUTEUSES...



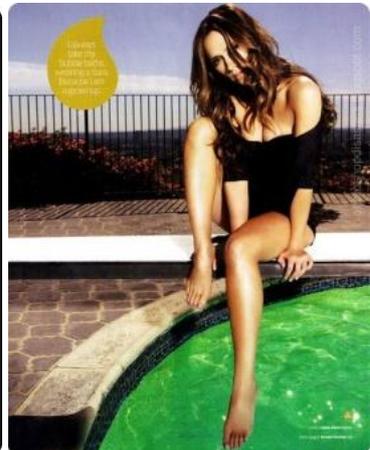
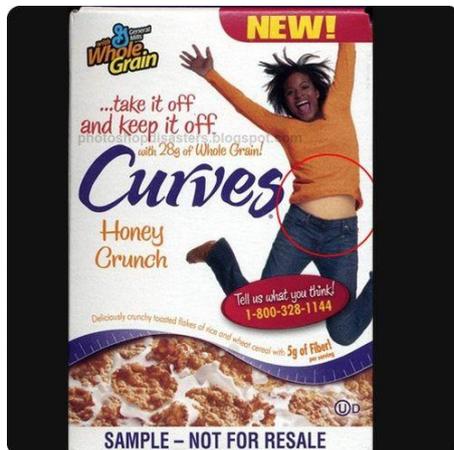
ATTENTION AUX YEUX FERMES SUR UN PORTRAIT OU SUR UNE PHOTO DE GROUPE...



PENSEZ A SUPPRIMER LES YEUX ROUGES OU BRILLANTS...



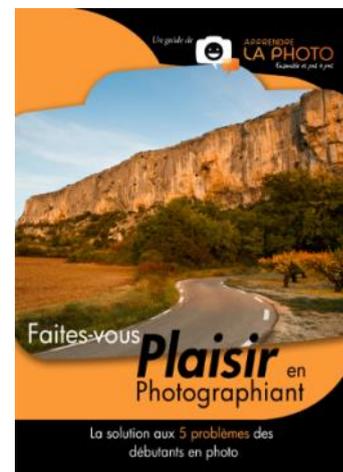
N'ABUSEZ PAS DES RETOUCHES...



POUR ALLER PLUS LOIN...

Si vous souhaitez en apprendre davantage sur la photographie, bénéficiez de conseils supplémentaires et apprendre d'autres astuces simples pour améliorer votre travail de documentation par la photo, vous pouvez consulter le blog :

👉 « Apprendre la photo ensemble et pas à pas » : <http://apprendre-la-photo.fr/>



Le créateur de ce blog a également publié un petit guide très instructif (*photo ci-contre*), qui a en partie inspiré cette petite note technique d'ELSA :

👉 « *Faites-vous plaisir en photographiant. La solution aux 5 problèmes des débutants en photo* », par Laurent Breillat.

Nous le feront parvenir en version PDF à la demande de celles et ceux qui seront intéressé-e-s.



Enfin, pour ceux qui veulent aller (encore) plus loin, réfléchir sur ce que représente la photographie, nous vous conseillons la lecture des deux ouvrages du photographe suisse Thomas Leuthard :

👉 « *Regards sur la photo de rue. Une approche peu orthodoxe de la photographie de rue* » ;

👉 « *Suppléments d'âme. Ce que la photographie signifie pour moi* ».

Nous pouvons également vous faire parvenir ces deux livres au format PDF.

