

Créer et diffuser des réels impactants

Programme de formation en présentiel

Présentation générale :

Cette formation est destinée aux chefs d'entreprise ou indépendants souhaitant développer leur présence en ligne. À l'issue de cette formation, les participants sauront écrire, tourner, monter et diffuser des réels impactants. Ils sauront utiliser des outils comme Instagram et CapCut pour produire du contenu captivant et maximiser l'impact de leur communication sur les réseaux sociaux.

Objectifs

À la fin de la formation, l'apprenant sera capable de :

- Identifier les caractéristiques, les usages et les enjeux des réels dans une stratégie de communication digitale
- Concevoir des scénarios et des contenus adaptés au format court des réels afin de capter l'attention et susciter l'engagement
- Réaliser des vidéos courtes en appliquant les techniques de tournage adaptées aux réseaux sociaux
- Développer des compétences en montage vidéo et optimisation visuelle en utilisant les fonctionnalités de montage vidéo de CapCut et d'Instagram pour produire des contenus visuellement attractifs
- Appliquer les bonnes pratiques de diffusion et d'analyse des performances afin d'optimiser la visibilité et l'engagement des publications.

Public visé et prérequis

- **Public visé** : tout public
- **Prérequis** : Aucun prérequis

Contenu de formation

1. L'enjeu et les tendances des réels

- a. Comprendre l'importance des réels dans une stratégie de communication digitale.
- b. Découvrir les statistiques et tendances actuelles autour des réels.
- c. Identifier les avantages des réels pour booster la visibilité et l'engagement.
- d. Étudier des exemples de réels performants dans différents secteurs.

2. Écrire un scénario

- a. Définir un objectif clair pour le réel (informer, divertir, promouvoir).
- b. Construire un storytelling engageant et adapté à la cible.
- c. Planifier les étapes clés : introduction, développement, conclusion.
- d. Adapter le message au format court des réels (15 à 90 secondes).
- e. Préparer un script et une liste des plans à tourner.

3. Connaître les principales techniques de tournage

- Utiliser la lumière naturelle ou artificielle pour améliorer la qualité visuelle.
- Choisir les bons angles et cadrages pour captiver l'audience.
- Stabiliser les prises de vue avec ou sans matériel (trépied, ring light, etc.).
- Intégrer des mouvements dynamiques pour rendre la vidéo plus vivante.
- Gérer le tournage avec des smartphones et des accessoires simples.

4. Connaître les principales techniques de montage image et son

- Introduction à l'application CapCut : présentation des fonctionnalités principales.
- Découper et réorganiser les séquences pour optimiser la narration.
- Ajouter des transitions fluides et des effets visuels attractifs.
- Insérer du texte et des sous-titres pour renforcer le message.
- Travailler la bande sonore : choix de la musique, ajustement du volume, ajout de voix-off.

5. Utiliser l'outil d'édition d'Instagram et CapCut pour améliorer la qualité de la vidéo

- Explorer les fonctionnalités avancées de l'éditeur Instagram (filtres, stickers, effets).
- Ajuster la vitesse des clips pour créer des ralentis ou des accélérations.
- Comparer les possibilités entre CapCut et Instagram pour des rendus professionnels.
- Exporter la vidéo en haute qualité et dans les dimensions adaptées au format des réels.

6. Les bonnes pratiques de diffusion des réels

- Optimiser la description, les hashtags et la musique pour améliorer la visibilité.
- Publier au bon moment selon les statistiques de l'audience.
- Utiliser les outils d'analyse d'Instagram pour mesurer l'impact des réels.
- Interagir avec les commentaires et les partages pour booster l'engagement.
- Recycler et promouvoir les réels sur d'autres plateformes (Facebook, TikTok)

Moyens prévus

- Moyens pédagogiques** : exercices et cas pratiques proposés tout au long de la formation. Echanges pratiques.
- Moyens techniques** : supports écrits, salle équipée d'une télé connectée permettant la projection de diaporamas, documents.
- Moyens d'encadrement** : Mme LAMOUREUX est graphiste et formatrice spécialisée dans la communication digitale. Diplômée en 2020, elle forme les entrepreneurs (commerçants, artisans et indépendants) pour les aider à consolider leur présence en ligne. Elle intervient également dans des écoles et universités sur les thèmes du marketing et de la communication digitale.

Moyens permettant le suivi et la sanction de la formation

- Suivi de l'exécution** : signature des feuilles d'émargement par demi-journée par les stagiaires et le

	Administratif Programme de formation en présentiel	Version : 1 Date : 16/06/2026 Page : 3 / 3
---	--	---

formateur.

- **Sanction** : questionnaire d'auto-positionnement (avant/après), questionnaire de satisfaction et attestation de fin de formation individuelle.

Durée, période de réalisation et modalités de déroulement

- **Durée totale de la formation** : 1 jour (7 heures)
- **Période de réalisation** : Le Lundi 5 Avril 2027 à Angers et le Vendredi 16 Avril 2027 à Orvault
- **Horaires** : 9h-12h et 13h-17h
- **Rythme** : en continu
- **Modalité de déroulement** : Présentiel en interentreprise
- **Lieux de formation** : Angers : 47 avenue du Grésillé 49000 ANGERS et Orvault : 6 rue Louis Blériot 44700 ORVAULT

Durée et modalités d'inscription :

Les participants peuvent s'inscrire dès la réception du programme de formation de Gescolia et jusqu'à 15 jours avant la date de la formation.

Accessibilité :

La formation est pour tous et pour tous les profils de stagiaires. Tout à chacun peut suivre une formation dans notre organisme. Des aménagements pédagogiques et/ou organisationnels peuvent être mis en place et une proposition personnalisée sera réalisée pour que toute demande reçoive une réponse satisfaisante. A ce titre, l'organisme de formation s'est rapproché et est en contact avec l'Agefip du Maine et Loire.

Statistiques :

Évaluation des formations

1. Indice de satisfaction des formations réalisées chez Gescolia : **98% en 2025**
2. Indice de satisfaction sur la pédagogie (animation, supports...) : **96% en 2025**