

Service des communications

GUIDE DE PRÉPARATION À UN TOURNAGE

Voici un petit guide à l'attention du personnel appelé à participer au tournage d'une vidéo dans le cadre de ses fonctions.

1. PRÉPARER SON CONTENU

Préparer vos messages-clés. Vos messages-clés sont les idées principales autour desquels vous articulerez vos propos. C'est le corps du message que vous voulez livrer. N'hésitez pas à appuyer vos messages-clés par des exemples concrets ou des anecdotes pour imaginer vos propos.

Évitez de trop répéter votre texte avant le tournage. Si vous essayez d'apprendre votre texte par cœur, vous aurez l'air peu naturel ou pire, vous gèlerez littéralement devant la caméra. L'objectif est de garder votre spontanéité, même si vous êtes préparé. Le truc : retenez seulement vos messages-clés. Si vous vous trompez, il est toujours possible de recommencer ou de couper certains passages au montage.

Bannir les acronymes! Il est important de garder en tête à qui l'on s'adresse. M. et Mme Tout-le-Monde devraient parfaitement vous comprendre en vous écoutant.

Livrez vos messages avec enthousiasme. C'est toujours plus agréable pour l'auditoire d'écouter un discours dynamique. Une touche d'humour, si le contexte le permet, peut également être appréciée.

Pratiquez-vous! Portez une attention particulière au ton de votre voix, à bien articuler lorsque vous parlez et faites attention au débit (ne pas parler trop vite, ni trop lentement). Pour avoir un aperçu de ce que vous aurez l'air à la caméra, filmez-vous. Une vidéo avec votre téléphone intelligent conviendra parfaitement. ATTENTION : ne le faites pas plus d'une fois et n'analysez pas trop votre performance. Le but est de vous permettre d'étudier votre gestuelle et d'éliminer vos tics (ex : les « euuuh » et « tsé » fréquents, expressions faciales et gestes comme les mains dans le visage ou dans les cheveux, etc.).

2. VÊTEMENTS ET COULEURS À ÉVITER DEVANT LA CAMÉRA

Évitez les rayures, imprimés fleuris ou tout autre motif. Certaines couleurs sont aussi à proscrire, soit le blanc, le vert et le noir (même s'il amincit!). Optez plutôt pour des couleurs claires, des tons neutres, les gris... De plus, ne portez pas de marque ou logo apparent. Portez des vêtements dans lesquels vous êtes confortables, tout en étant appropriés pour l'écran.

Pensez à apporter un ou deux morceaux de rechange. On ne sait jamais ce qui peut arriver avant ou pendant le tournage : une tache de café, des cernes de sueur ou même par pur hasard, votre collègue qui porte le même vêtement que vous la journée du tournage!

3. LORS DU TOURNAGE

Ne mettez rien dans vos poches qui pourraient créer un renflement, faire du bruit ou encore vous distraire (TÉLÉPHONE CELLULAIRE!).

Portez un maquillage léger. Bien que vous ne vouliez pas trop porter de maquillage, ce n'est pas une mauvaise idée d'apporter un peigne ou un pinceau pour une retouche rapide. Si vous avez tendance à avoir chaud facilement, apportez un peu de poudre matifiante pour votre visage, en particulier pour le nez et le front. Pensez aussi à apporter des mouchoirs, au cas où le stress vous ferait transpirer un peu.

Soyez détendu. Il est normal d'être nerveux, surtout si vous en êtes à votre première expérience devant la caméra. Essayez tout de même de garder votre calme et d'agir naturellement. Pour vous aider, rappelez-vous pourquoi vous êtes là : vous êtes un expert et une référence dans votre domaine et vous maîtrisez votre sujet.

Évitez les grands gestes. Utilisez plutôt de plus petits gestes et idéalement, évitez d'agiter vos mains ou de trop gesticuler. Évitez aussi de toucher votre visage ou vos cheveux, cela pourrait distraire ou déranger votre auditoire.

4. QUELQUES ÉLÉMENTS TECHNIQUES

Pensez aux prises de vues. Un ménage, un petit réaménagement ou encore quelques éléments de décoration sont à envisager pour obtenir de belles images et éviter les mauvaises surprises ou les pertes de temps le jour du tournage.

Assurez-vous d'avoir les autorisations requises et les droits nécessaires pour filmer toutes les personnes et tout ce qui apparaîtra à l'écran. Référez-vous au formulaire de consentement disponible sur l'intranet :

<https://intranet.cisssmo.rtss.qc.ca/fr/publications-et-documents/consentement-utilisation-photographie>.