



Tim BASTIAN

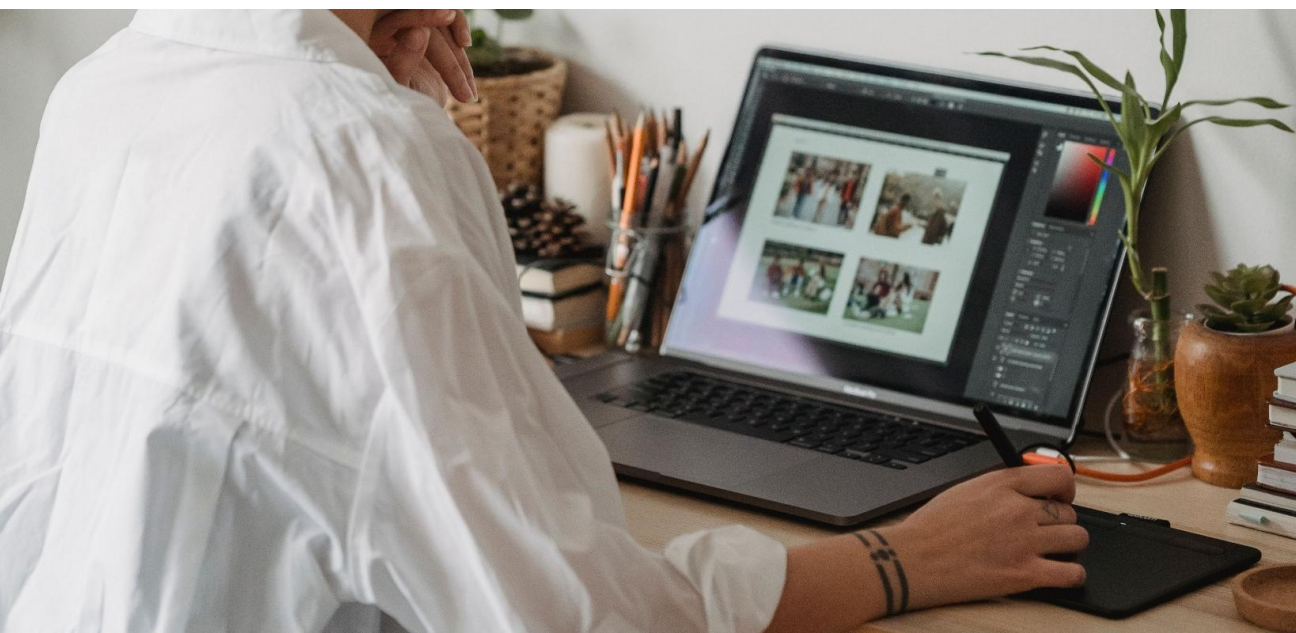
Programme de formation

Maîtriser Adobe InDesign et les bases de Photoshop :

Prise en main, mise en page et préparation
pour l'impression offset



atelier kunstart
création graphique





Programme de formation

Tim BASTIAN



atelier kunstart
création graphique

MAÎTRISER ADOBE INDESIGN ET LES BASES DE PHOTOSHOP :
Prise en main, mise en page et préparation pour l'impression offset

Objectifs pédagogiques

- Concevoir et réaliser des documents imprimés professionnels (affiches, tracts, newsletters, flyers...).
- Maîtriser les règles de typographie et l'intégration des visuels.
- Préparer des fichiers PDF conformes aux exigences des imprimeurs (impression offset).
- Utiliser Photoshop pour préparer et retoucher les images intégrées dans InDesign.

Objectifs opérationnels :



À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Naviguer avec aisance dans l'interface d'Adobe InDesign et d'utiliser les outils fondamentaux.
- Structurer un ouvrage de manière professionnelle grâce aux gabarits, aux grilles et aux feuilles de styles.
- Appliquer les règles fondamentales de la typographie et de la mise en page de texte.
- Préparer et exporter un document propre et prêt pour l'impression ou le numérique.
- Utiliser les fonctions de base d'Adobe Photoshop



Public

- Auteurs, éditeurs, collaborateurs de maison d'édition
- Professionnels souhaitant acquérir les compétences de mise en page de livres.
- Toute personne ayant un projet d'édition

Contact du référent handicap pour toute situation nécessitant une adaptation particulière 05 63 62 82 84



Pré-requis

- Avoir un projet d'édition à développer.
- Maîtrise de l'environnement informatique (PC ou Mac).
- Avoir un ordinateur ou une tablette pendant la formation.



Durée

Formation de 15h, de préférence organisée sur trois heures par jour (à valider avec les stagiaires).

Horaires 9h00 – 12h00 (à valider avec les stagiaires).

Lieu de la formation en présentiel ou en distanciel / classe virtuelle



REGATE – COOPERATIVE D'ACTIVITE ET D'EMPLOI DU TARN

Scop SA à capital variable – 15 rue des Métiers 81100 CASTRES / APE 7112 B – RCS Castres B 423 766 518 / 05 63 62 82 84 – www.regate.fr



Tarif

750€ Net / stagiaire

Nombre de stagiaires minimum : 1

Nombre de stagiaires maximum : 10

Modalités et délais d'accès



L'inscription est réputée acquise lorsque les devis, fiche de liaison, fiches de recueil des besoins stagiaires ont été validés, signés et retournés au formateur et lorsque les conventions ont été signées par toutes les parties.

Les délais d'accès à l'action sont à planifier ensemble et peuvent être immédiats après remise des documents susmentionnés.

Contenu

1 | Prise en main d'InDesign et fondamentaux

Objectifs : Se familiariser avec l'environnement de travail et comprendre la logique de l'outil PAO.

Contenu détaillé :

- › Interface et espace de travail
 - Présentation des outils, panneaux, repères et règles.
 - Personnalisation de l'espace de travail.
- › Gestion des documents
 - Création d'un document (format, marges, fonds perdus, ligne de coupe).
 - Navigation et gestion des pages (gabarits/pages parentes).
- › Les blocs et objets de base
 - Manipulation, alignement, association et transformation d'objets.



2 | Typographie et composition de texte

Objectifs : Assurer la cohérence typographique de l'ouvrage et maîtriser l'utilisation.

Contenu détaillé :

- › Gestion de la typographie
 - Saisie, importation et chaînage du texte.
 - Choix typographiques : polices, corps, interlignage, approche et lettrines.
- › Optimisation du flux de travail
 - Création et application des styles de paragraphe et styles de caractère.
 - Alignement sur la grille de ligne de base.
 - Habillage de texte autour des objets.

3 | Insertion des images et principes de mise en page

Objectifs : Maîtriser l'intégration de visuels et comprendre l'hiérarchisation de l'information.

Contenu détaillé :

- › Gestion des visuels
 - Importation et cadrage des images (formats EPS, TIFF, JPEG, PNG, PSD).
 - Différence entre bloc image et image.
 - Gestion du panneau Liens (mises à jour, ruptures de liens, résolution effective vs originale).
- › Mise en pratique sur supports imprimés
 - Principes d'hiérarchisation de l'information (grilles, contrastes, zones de blancs).



4 | Gestion des couleurs et préparation pour le PDF offset

Objectifs : Optimiser le temps de travail sur de grands volumes de texte grâce à l'automatisation.

Contenu détaillé :

- › La couleur dans InDesign
 - Modes colorimétriques (RVB vs CMJN), tons directs (Pantone).
 - Création de nuanciers, dégradés et couleurs globales.
- › Contrôle et vérification du document (Preflight)
 - Contrôle en amont dynamique (résolution des images, surimpression, texte en débord).
 - Vérification des fonds perdus et zones de sécurité.
- › Exportation PDF Haute Définition pour l'offset :
 - Réglages de la norme PDF/X-1a ou PDF/X-4.
 - Activation des repères d'impression (traits de coupe, fonds perdus, gammes de couleurs).
 - Assemblage final du dossier pour l'archivage ou l'imprimeur.

5 | Initiation à Photoshop pour le flux InDesign

Objectifs : Finaliser un projet éditorial de A à Z et générer la table des matières.

Contenu détaillé :

- › Bases du traitement d'image :
 - Interface, outils de sélection de base et recadrage.
 - Différence entre résolution (DPI/PPP) et dimensions d'image (exigences print : 300 dpi).
- › Retouche et corrections courantes :
 - Réglages essentiels (niveaux, courbes, luminosité/contraste, balance des blancs).
 - Utilisation des calques et calques de réglage (travail non destructif).
 - Detournage simple d'un visuel (outil sélection rapide, masque de fusion).
- › Passerelle Photoshop <-> InDesign :
 - Enregistrement aux bons formats (PSD, TIFF, JPEG, PNG).
 - Conservation des transparences et profils colorimétriques pour l'intégration dans InDesign.



Méthodes pédagogiques

Méthodes pédagogiques : Alternance d'apports théoriques, de démonstrations en direct par le formateur et exercices pratiques continus appliqués aux besoins réels de l'apprenant.

Outils distants (le cas échéant) : Classe virtuelle (visio-conférence avec partage d'écran) et support de cours numérique transmis au stagiaire.

Évaluation des acquis : Réalisation d'un projet complet (affiche ou plaquette mise en page + export PDF certifié imprimerie) évalué en fin de parcours.

Moyens matériels requis pour le stagiaire : Un ordinateur équipé de la suite Adobe Creative Cloud (InDesign installé).

Supports remis : Fichiers d'exercices, aide-mémoire/pense-bête sur les normes d'impression et l'export PDF.





Outils et supports pédagogiques

- Un support de cours en PDF : Récapitulant les notions clés de la typographie, de la grille de mise en page, de la théorie des couleurs (CMJN/RVB) et des raccourcis clavier essentiels d'InDesign.
- Des gabarits et templates types : Des exemples pour illustrer les bonnes pratiques de construction de grilles et de blocs.
- Des outils de vidéoprojection et/ou de partage d'écran : Pour les démonstrations en direct et les retours collectifs sur les créations des apprenants.
- Des exercices de "bonnes et mauvaises pratiques" : Des exemples de réalisations mal mis en page que les stagiaires doivent analyser.
- Des grilles d'évaluation formative et sommative.

Modalités d'évaluation

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs sont :

Recueil des besoins et positionnement (avant la formation) :

- **Objectif** : Identifier les besoins des apprenants, leurs compétences initiales et définir les objectifs pédagogiques.
- > > Questionnaires préalables, entretiens téléphoniques.



Évaluation formative (pendant la formation et si plusieurs jours de formation) :

- **Objectif** : Vérifier la compréhension et l'assimilation des contenus en cours de formation, ajuster si nécessaire.
- > > Exercices pratiques, feedback en direct.

Évaluation des acquis (à chaud après la formation) :

- **Objectif** : Mesurer les acquis des participants à la fin de la formation.
- > > Tests finaux, mises en situation.

Évaluation à froid (entre 3 et 6 mois après la formation) :

- **Objectif** : Évaluer l'impact de la formation sur la performance au travail et l'organisation.
- > > Enquêtes de satisfaction différée.

