

# Concours Résonances

Par la Fondation GoodPlanet • Édition 4



**Supports pédagogiques**

**(à imprimer si besoin)**



# Sommaire

## Brise-glace

p. 3

Cartes de supports visuels “L’image qui parle”

p. 4-8

## Atelier Resonances

p. 9

Liste des émotions

p. 10

Fiche d’écoute sensible

p. 11

Fiche d’écoute sensible - bilan

p. 12

## écriture

p. 13

Atelier “Explorer l’écriture instinctive”

p. 14

Atelier “Manifeste pour le futur”

p. 15-16

## illustration

p. 17

Atelier “C·ART·ographie imaginaire”

p. 18-19

Atelier “Fragments d’image”

p. 20

## photographie

p. 21

Atelier “Dans la peau d’un·e photographe”

p. 22

## audio

p. 23

Atelier ‘La voix du futur’

p. 24-25

## video

p. 26

Atelier “Visions du futur”

p. 27-32

## Contact & infos

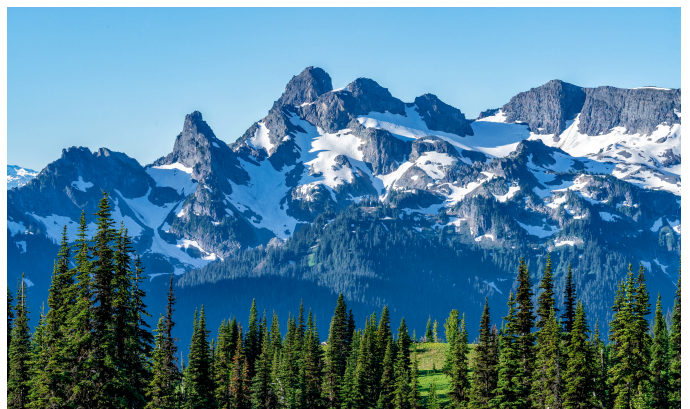
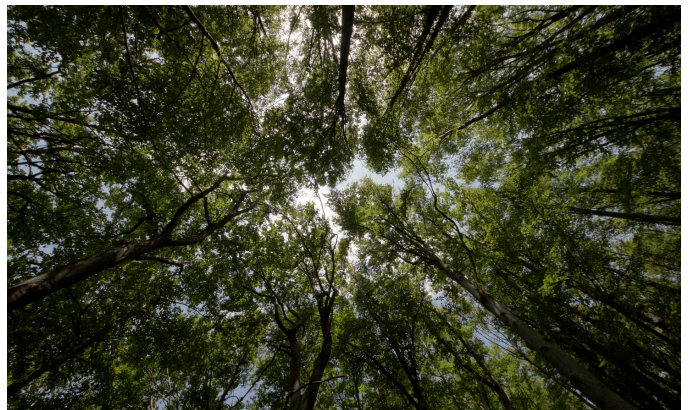
p. 33



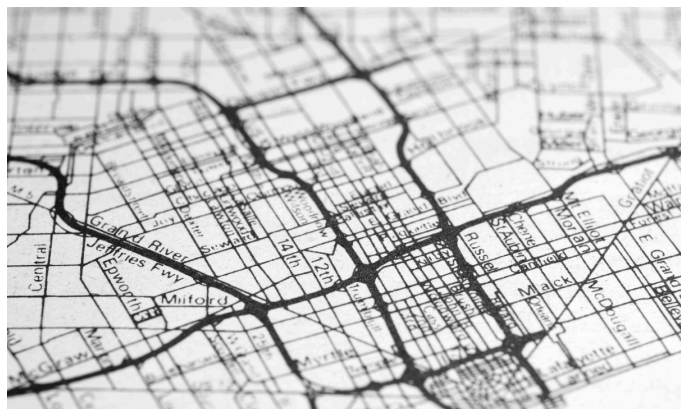


# Brise-glance





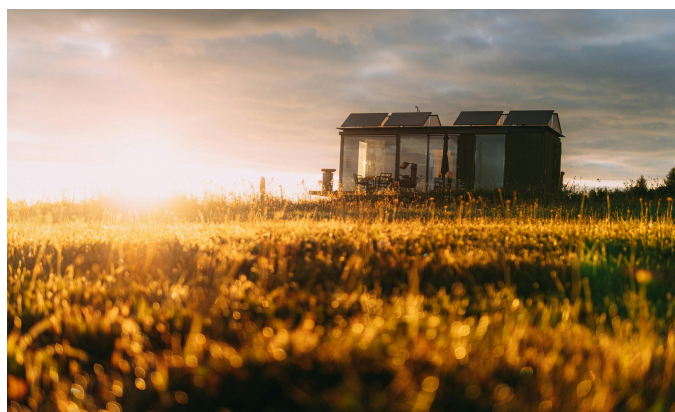
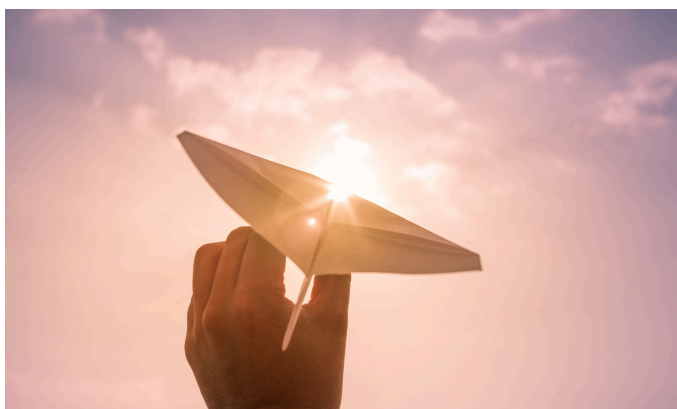
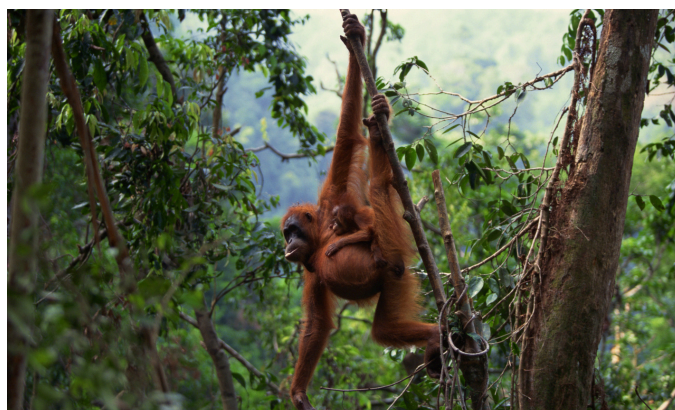




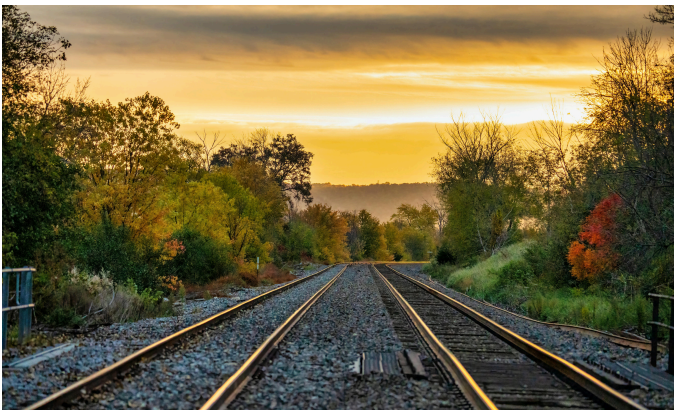


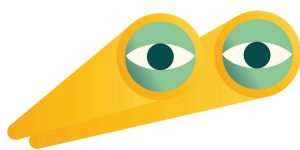












# Atelier Résonances



JOIE

Heureux  
Amusé  
Libre  
Léger  
Joyeux  
Rassuré  
Ebloui  
Comblé  
Rayonnant  
Emerveillé  
Reconnaissant

CONFIANCE

Calme  
Serein  
Apaisé  
Confiant  
Détendu  
En paix  
Équilibré  
Inspiré  
Optimiste  
Admiratif  
Tranquille

SURPRISE

Incertain  
Alerté  
Choqué  
Abasourdi  
Déconcerté  
Étonné  
Interloqué  
Stupéfait  
Embarassé  
Dérangé  
Désorienté

PEUR

Alarmé  
Anxieux  
Craintif  
Angoissé  
Inquiet  
Méfiant  
Intimidé  
Préoccupé  
Terrorisé  
Paniqué  
Hésitant

TRISTESSE

Blessé  
Découragé  
Abattu  
Eteint  
Désespéré  
Vidé  
Peiné  
Déçu  
Résigné  
Accablé  
Mélancolique

HONTE

Plein de  
remords  
Méprisant  
Humilié  
Découragé  
Indigné  
Confus  
Gêné  
Embarassé  
Rabaissé  
Intimidé

DÉGOÛT

Ecoeuré  
Rebuté  
Répugné  
Nauséeux  
Ennuyé  
Trahi  
Repoussé  
Mal à l'aise

COLÈRE

Agacé  
Contrarié  
Tendu  
Enervé  
Fâché  
Nerveux  
Haineux  
Révolté  
Impuissant  
Vexé



*(pour l'étape 2 de l'atelier)*

Echantillon sonore n°...

Emotions / sensations

Images mentales / souvenirs

Echantillon sonore n°...

Emotions / sensations

Images mentales / souvenirs

Echantillon sonore n°...

Emotions / sensations

Images mentales / souvenirs

Echantillon sonore n°...

Emotions / sensations

Images mentales / souvenirs

Après avoir écouté l'ensemble des sons, répondez aux questions suivantes :

1. Quelles ont été les émotions et les sensations qui me sont revenues fréquemment ?

---

---

---

---

---

2. Y a-t-il un échantillon en particulier qui m'a provoqué une émotion ou une sensation inattendue ? Est-ce que l'un de ces échantillons en particulier m'a surpris, étonné, interloqué ou inspiré plus que les autres ?

---

---

---

---

---

3. Quels sont les sons que je souhaite entendre lorsque je me projette dans le futur ?

---

---

---

---

---

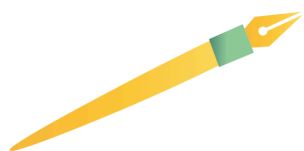
4. Quelles ont été les idées ou les visions du futur qui sont ressorties de cette expérience ?

---

---

---

---



# écriture

## Exercice n°1 - Invente ton langage

Mot 1		Mot 2		Mot inventé
<div></div>	+	<div></div>	=	<div></div>
				↓

Nouvelle définition
<div></div>

## Exercice n°2 - Le jeu du poème

L'exercice est à réaliser sur une autre feuille A4.

Je note ici ma phrase initiale.
<div></div>



Je note ici la phrase finale, transformée par le jeu.
<div></div>

## Etape n°2 – Ecriture en autonomie

Quelques conseils pour vous aider à structurer votre texte :

Être spécifique (dates, villes, personnes connues ou non, etc.)

Partir de sa réalité, de ce qu'on connaît et de ce qui pourrait changer autour de moi

Se permettre d'être ambitieux·euse

Quelques outils :

Problème, information  
ou élément que  
j'aimerais changer



Je note ici tout ce qui peut contribuer positivement à  
changer cet élément

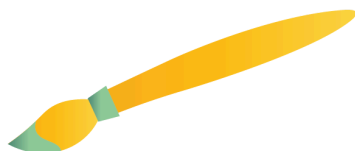
Quelles sont mes forces ou mes atouts ?  
(à mon échelle individuelle)

Quelles sont mes faiblesses ou les difficultés qui peuvent me freiner ?

## (suite) Etape n°2 - Ecriture en autonomie

Quels sont les liens, les synergies, les cercles autour de moi qui peuvent me permettre d'atteindre mon projet de transition vers un monde rêvé ?

Par exemple, il existe une association autour de chez moi, un collectif d'habitant·es, les jeunes de mon lycée / université qui veulent se mobiliser, la municipalité, mes voisin·es, etc. Et quels ponts peuvent exister entre tout le monde ?



# illustration

## Temps de réflexion

Vous pouvez noter au préalable les caractéristiques de votre territoire imaginaire :

### Y a-t-il des habitant·es ?

Par exemple, comment les personnes sont-elles réparties sur le territoire ? Comment vivent-elles ? Doivent-elles travailler ? Y a-t-il une monnaie locale pour favoriser les échanges, un système de troc et de services, de l'entraide, etc. ?

### A quoi ressemble la faune et la flore locale ?

#### Et quelle est sa place dans la société ?

Quelles relations entretiennent les personnes avec leur environnement ? Quelle est la place de la nature dans la ville, dans la culture, dans la société de manière générale ?

### Quel est le climat ?

Continental, polaire, océanique, tempéré, etc.  
Combien y a-t-il de saisons et combien de temps durent-elles ?  
Comment évolue la vie des gens au fil des saisons ?

### Comment les personnes se nourrissent-elles ?

A quoi ressemble l'alimentation ?  
Y a-t-il un plat traditionnel ?  
Quels sont les fruits et légumes qui poussent ?  
Y a-t-il des cultures particulières ? Quelle est la place de l'agriculture ? Doivent-elles faire importer leur nourriture ?  
Si oui, par quels moyens ?

### Comment les personnes se déplacent-elles ?

Quel est le moyen de locomotion le plus utilisé : le vélo ? La voiture low-tech ? Le mini-bus électrique ? La tyrolienne ? Y a-t-il des routes ?  
Quelle est la place du voyage dans la vie des gens ?



## (suite) Temps de réflexion

Quelles sont les autres particularités de votre territoire imaginaire ?

Y a-t-il un sport national ? Un lieu emblématique ? Une capitale ? Comment s'organise la politique et la vie citoyenne sur le territoire ? Y a-t-il un drapeau ? A quoi ressemble-t-il ? Que signifie-t-il ? Comment se passe l'éducation des enfants ? Y a-t-il un système judiciaire ? Etc.

## Découverte des techniques



Vous pouvez colorier,  
dessiner, écrire sur l'image.



Vous pouvez partir d'une image existante, trouver dans un magazine ou un livre, la scanner, la photocopier, etc. Ou bien partir d'une image créée pour l'occasion. Vous pouvez prendre une photo d'un lieu ou d'une personne qui vous inspire.



Vous pouvez réimprimer l'image plusieurs fois, en changeant la colorimétrie de la photo, déchirer des morceaux et les recoller sur la photo.



Vous pouvez coller des stickers sur l'image, modifier des éléments en les remplaçant par d'autres, découper des éléments dans des magazines et les copier sur votre image, etc.



Vous pouvez coller du papier déchiré par-dessus pour créer un cadre et diriger le regard vers un élément précis ou suggérer une émotion.

Laisser libre court à votre imagination !



# photographie

Cartel d'exposition, à compléter et à découper



**Artiste :**

**Titre de l'œuvre :**

**Message :**



**audio**

## Rappel des différentes catégories de son possibles

### Sons d'ambiance

pluie, chants  
d'oiseaux, insectes,  
etc.

### Bruitages

généralement ce sont  
des sons plus  
ponctuels (un coup  
de tonnerre, etc.)

### Les effets sonores

qui peuvent agir comme des  
accents ou des ponctuations  
sonores et donner une couleur  
sonore (effet futuriste, effet  
magique, etc.)

### Voix

dialogues,  
chants, voix off,  
etc.

### Silence

souvent oubliés les silences peuvent  
permettre de souligner certains  
éléments ou d'accentuer la tension  
dramatique d'un moment.

### Sons musicaux

instruments, accent  
musical, musique  
d'ambiance, etc.

## Conception sonore

Par rapport à l'étape n°2

Notez ici tous les sons qui vous viennent en tête par rapport au texte écrit  
ou lorsque vous imaginez votre vision du futur :

(suite) Conception sonore

Après ce premier temps de réflexion, vous allez réfléchir  
à votre création de manière plus précise.

Quelle est l'intention principale de votre texte ou de votre création ?

Quelles émotions recherchez-vous à provoquer ?

Vous pouvez vous baser sur les catégories précédentes pour lier un son auquel vous avez pensé et définir quelle pourrait être l'émotion associée.

Quelles sont les textures des sons (doux, rauques, graves, chantés, chuchotés, criés, robotique, avec de l'écho, étouffés, proche, lointain, etc. ?

Par exemple, j'imagine des bruits de vague, de feu et de rires lointains pour suggérer l'amitié, la nostalgie et une sensation d'apaisement.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Maintenant que vous avez une idée plus précise, vous pouvez passer aux étapes suivantes : l'enregistrement et le montage de votre création.

Votre création peut être sous forme de poème, de rap, de chanson, de texte lu, d'interview, de créations sonores sans voix, de podcast fictionnel ou documentaire, etc.



# vidéo



Conservez ici une trace de ce que vous avez décidé pour votre vidéo :

## Etape n°1 - Réfléchir au scénario



Rappel : il n'y a aucune mauvaise réponse !

Quel est mon sujet principal ou la thématique abordée ?

Quel est le message que je souhaite transmettre à travers ma vidéo ?

---

---

---

---

---

---

Quels sont les protagonistes de mon histoire ?

Combien y a-t-il de personnages ? Quelles sont leurs caractéristiques (physiques, psychologiques, comportements, attitudes) ? Quelles relations entretiennent-ils entre eux ? Qu'est-ce qui définit en un mot chacun de mes personnages ? Mon personnage est-il un humain, un animal, un objet, une idée, etc. ? Mon personnage vient-il du présent, du passé, du futur ?

N'hésitez pas à prendre des notes sous le format de votre choix (texte, dessin, schéma, etc.) pour visualiser la galerie de personnages de votre histoire.

(suite) Etape n°1 - Réfléchir au scénario

Définir l'espace-temps de mon histoire

Quels sont les lieux, les espaces et les décors dans lesquels se déroule ma vidéo ? A quoi ressemblent-ils ? Que signifient-ils ?

Mon histoire se déroule-t-elle au présent ? Dans le passé ? Dans le futur ? Sur combien de temps s'étale mon histoire (2h, 1 journée, 3 semaines, 4 ans) ?

Réfléchir aux caractéristiques de ma vidéo

**1** **FICTION** ou **DOCUMENTAIRE** ou un mélange des deux : **DOCU-FICTION**  
ou un faux documentaire parodique : **MOCKUMENTAIRE**

Il y a beaucoup de possibilités !



Je choisis de faire :

.....

Parce que :

.....

(suite) Etape n°1 - Réfléchir au scénario

2

Quel est le(s) genre(s) qui m'inspire pour cette vidéo ? Et pourquoi ?

---

---

---

Etape n°2 - Préparation

1

Est-ce que je veux faire un film d'animation ou un film en prises de vues réelles ?  
Et pourquoi ce choix ?

---

---

---

2

Quelles sont mes inspirations ? Y a-t-il des couleurs, des lumières, des formats d'images, des styles visuels qui m'inspirent particulièrement ?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

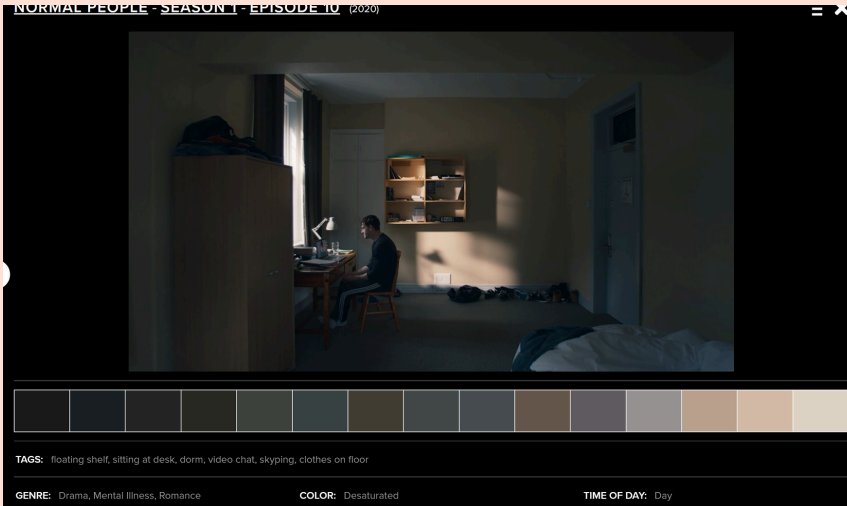
---



Vous pouvez consulter des banques d'images (sur Canva par exemple), des sites d'inspiration (Pinterest, etc.) ou des sites utilisées dans le cinéma comme Shotdeck (essai gratuit) pour trouver l'inspiration et trouver ce que vous aimez !

**(suite) Etape n°2 - Préparation**

Vous pouvez coller ci-dessous quelques inspirations visuelles pour garder une trace.

**Par exemple**

Dans cette image, on comprend immédiatement que le garçon semble triste, nostalgique ou démotivé.

Cela se traduit par :

- la chambre sombre, percé uniquement d'un petit rayon de soleil
- des couleurs désaturées, presque ternes
- un personnage décentré, petit dans l'espace
- une chambre mal rangée, un peu vide, sans âme (peu de décoration, vêtements au sol, lit défait au 1er plan)

Image issue de Shotdeck. Série Normal People de Lenny Abrahamson et Hettie Macdonald (saison 1, épisode 10)

(suite) Etape n°2 – Préparation

Conseils supplémentaires

Selon ce que vous souhaitez, préparez l'ensemble des éléments nécessaires au tournage :

- faire du repérage pour trouver des **décors**, s'assurer d'avoir l'autorisation de tourner dans ces décors ou fabriquer vos propres décors
- lister tous les éléments supplémentaires dont vous allez avoir besoin pour vos décors (décoration, luminaire, photo, etc.) et pour vos personnages (habits, bijoux, etc.) ce sont les **accessoires**
- préparez vos **personnages** : si besoin, trouvez des personnes pour jouer un rôle ou apparaître dans votre vidéo, assurez-vous de leur disponibilité, trouver une date de tournage ensemble, lire ensemble le scénario, faire des essais, présenter le projet si vous faites apparaître de vraies personnes, leur dire clairement ce que vous attendez d'elles pour ce tournage, construisez vos personnages si vous faites un film d'animation, etc.
- si nécessaire, n'hésitez pas à demander de l'aide et à vous constituer une **équipe**. Généralement, il existe des rôles indispensables au tournage d'un film que ce soit en fiction ou en documentaire.

## (suite) Etape n°2 – Préparation

## Voici quelques rôles importants dans le tournage d'un film :

## RÉALISATION

- Une personne à la **réalisation** : c'est la personne qui dirige les acteurs/actrices
- Un·e **assistant·e réalisation** : c'est la personne qui fait respecter le planning et surveille le temps, elle fait le silence sur le plateau, elle aide à la coordination générale

## IMAGE

- Une personne à l'image, le ou la **directeur·ice de la photographie** : c'est la personne qui imagine l'image en amont et qui coordonne l'équipe image, c'est généralement la personne qui se trouve derrière la caméra et qui peut être accompagnée d'**assistant·es caméra**
- Le ou **chef·fe électricien·ne**, une personne qui s'occupe de la lumière et des installations électriques sur le tournage

## SON

- Une personne au son, le ou la **chef·fe opérateur·ice son** : c'est la personne qui gère la prise de son sur le tournage, généralement accompagnée par un·e perchiste (perchman ou perchwoman)
- Le ou la **scripte** : c'est la personne qui prend des notes. C'est un rôle important qui note les éléments importants pour le montage ensuite : les éléments visuels, leur agencement, les directions d'acteurs/d'actrices qui peuvent varier d'une prise à l'autre, les infos liées au son, les retours du ou de la cinéaste

## CASTING

- Le **directeur ou la directrice de casting** : c'est la personne qui dirige les castings en amont du tournage, afin de trouver le ou les acteurs/actrices pour les différents rôles
- Les **acteurs et actrices**, qui incarnent les différents rôles et personnages du film. On peut également y ajouter les **figurant·es** en fiction, qui permettent de rendre une scène plus réaliste
- Un·e **maquilleur/maquilleuse** : cette personne peut faire des maquillages selon la lumière, l'angle de la caméra, elle peut aussi faire des effets spéciaux en maquillage
- Un·e **chef·fe décoration** : la personne qui s'assure que les décors soient prêts pour le tournage
- Il y a encore beaucoup d'autres rôles importants : le ou la **régisser/régisseuse** qui coordonne la logistique générale du tournage (autorisation, hébergement, transport, etc.), le ou la **chef·fe catering** qui gère les repas et snacks sur le plateau, etc.

MAIS il est tout à fait possible de faire un super film en étant seul·e ou avec une petite équipe!

Cependant, pour rappel, les créations déposées au concours  
Résonances doivent être individuelles (une seule personne référente)

Ces outils ont été développés  
dans le cadre du

# Concours Résonances

Par la Fondation GoodPlanet · Édition 4



**Contact**

[concoursresonances@goodplanet.org](mailto:concoursresonances@goodplanet.org)

Marina Vaz, Chargée de sensibilisation

[marina@goodplanet.org](mailto:marina@goodplanet.org)

06 13 97 85 48



**Plus d'infos**



[resonances.goodplanet.org](https://resonances.goodplanet.org)



[.@resonances\\_goodplanet](https://www.instagram.com/.@resonances_goodplanet)

FONDATION

**GoodPlanet**