

Résumé de l'atelier de photographie « Regard d'hiver » - Sherbrooke au naturel

Donné par Martin Bilodeau le 24 janvier 2026 au MNS2

« La photographie n'est pas un acte technique, mais un état d'attention. »

Éléments à retenir :

Un état d'esprit à cultiver avant la technique : Soyez en alerte, mobile, curieux, patient, disponible au réel. Regardez autrement, acceptez que la photo se présente à vous, plutôt que la forcer. Le téléphone = le crayon du photographe contemporain : l'outil importe moins que la présence. Le meilleur appareil est celui que vous avez dans la poche!

Le regard : Si ce que vous voyez est banal, changez de perspective, pas de lieu. Cherchez des **cadres naturels** (arbres, ouvertures, ombres). La laideur est souvent une beauté qui attend le bon regard. Cherchez autre chose que l'évidence. Il faut trouver avant de déclencher. Vous ne documentez pas un lieu, vous documentez ce que la lumière fait à ce lieu.

La neige comme révélateur (le palimpseste) : La neige recouvre, efface, mais la lumière révèle. Documentez les traces dans la neige, pas seulement le paysage. Une trace humaine ou animale, sans leur présence.

- Photographiez le froid (glace), l'évaporation, plutôt que la neige.
- Pour un élément au sol, retournez le téléphone pour que la lentille soit à 1 cm du sol : perspective grandiose avec un premier plan flou (sol) qui mène le regard vers le sujet.

La lumière : Ne photographiez pas un paysage, photographiez la rencontre entre la lumière et le paysage. La lumière sert à révéler les formes, les textures, l'intention. Attendre la bonne lumière plutôt que multiplier les photos. Une bonne photo naturaliste n'est pas plate. Elle a de la profondeur parce qu'elle est construite en couches, avec la **lumière qui traverse des plans**. Il faut penser l'image en 3 plans minimum : Premier plan — Sujet — Arrière-plan.

Lumière latérale (préférée des maîtres)	Lumière de fond sélective	Lumière rasante	Lumière diffuse	Lumière filtrée
Matin tôt / fin de journée Soleil à 30–60° sur le côté Révèle texture : écorce, herbe, roches, neige Donne relief, profondeur, rythme	Soleil bas Un sujet éclairé dans un environnement sombre Isole naturellement le sujet Guide l'œil sans flèche	Soleil très bas, juste avant disparition Ombres longues = graphisme Sens du temps qui passe La lumière qui fait le cadrage.	Ciel couvert, brume, pluie fine Couleurs riches, contrastes doux Parfait pour : mousses, cascades, détails naturalistes	Soleil dans le feuillage ou la brume Rayons visibles Ambiance mystique Lumière qu'on attend , qu'on « chasse »

Applications pour connaître les heures du lever et du coucher du soleil : Hey Sunrise (iPhone) et SolarWatch (Androïde)



Des outils simples servant à modeler, diriger ou révéler la lumière, pas à améliorer l'appareil.

Sac de riz = trépied ultra stable.	Épouse parfaitement les formes → plus stable qu'un mini-trépied. Il permet de stabiliser l'appareil sur une roche, une souche, une clôture, le sol pour des poses longues. Parfait pour lumière diffuse (mousses, cascades) et lumière filtrée.
CD = réflecteur directionnel	Réfléchis un rayon de soleil précis vers le sujet. Permet d'éclairer une mousse, un champignon, une écorce dans l'ombre. Crée une petite lumière de fond sélective. Parfait pour isoler un détail naturaliste dans un environnement sombre et guider l'œil par la lumière, sans flèche.
Assiette d'aluminium = grand réflecteur doux	Renvoie une lumière large, diffuse et douce. Éclaircis les ombres sans créer de point chaud. Simule une « lumière latérale » ou « diffuse ». Parfait pour détails de forêt : champignons, mousses, textures. Photographie rapprochée
Rouleau de papier toilette = cadre	Crée un cadre sombre naturel autour de l'image. Dirige le regard vers le centre, « effet tunnel ». Donne un effet voyeuriste, immersif. Accentue un détail, donne de la profondeur, isole un sujet sans retouche numérique.
Lunettes de soleil (dégradées ou colorées) ou pochette de couleur = filtres dramatiques	Les verres dégradés agissent comme un filtre ND gradué : assombrit le ciel, équilibre ciel clair / sol sombre. Les verres colorés ou les pochettes en plastique colorées ajoutent une teinte d'ambiance (chaude, froide, dramatique). Les 2 permettent de modifier l'atmosphère avant la prise de vue, sans retouche.
Bas de nylon = diffuseur de lumière	Placé devant l'objectif, après avoir fait le focus, il adoucit la lumière, réduit les contrastes trop durs, donne un effet légèrement brumeux, onirique. Il simule une lumière diffuse même quand le soleil est présent.
Passoire = créateur de motifs lumineux	Placée entre le soleil et le sujet, elle crée des taches de lumière . Imité l'effet du soleil filtré par un feuillage. Ajoute du graphisme lumineux dans une scène plate. Parfait pour donner de la vie à un arrière-plan, créer une lumière filtrée artificielle, ajouter de la texture lumineuse.
Tissus, peluches, morceaux de laine = premiers plans	Placés très près de l'objectif, ils créent : un flou coloré, une profondeur, un effet d'immersion. Simule, la présence de végétation au premier plan, encadre naturellement le sujet.

Composer avec la lumière (référence à Ansel Adams) : Ansel Adams ne photographiait pas les montagnes, mais la manière dont la lumière touchait la montagne. « La texture est l'âme du paysage. »

« The negative is the score; the print is the performance. » Il exposait pour montrer **la lumière**, pas pour le sujet.

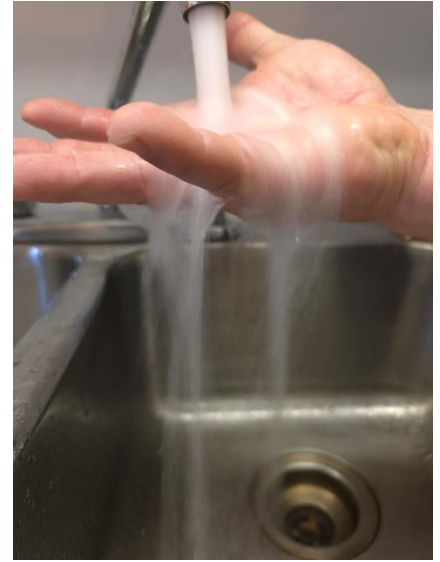
Le Zone System



La lumière n'est pas uniforme, chaque partie de l'image doit avoir une intention. Vous devez décider où sont les noirs, où sont les blancs. Exemple : Ciel : Zone VII, Roches : Zone V, Ombres : Zone III, Neige : Zone VII (jamais blanc cramé). Pensez **valeurs** plutôt que couleurs.

→Le monochrome : une seule couleur - Interdit au blanc (X)

Comment créer l'effet soyeux sur des chutes d'eau



Sur iPhone	Sur Androïde
Étapes 1. Ouvrir l'appareil photo 2. Activer LIVE (coin supérieur) 3. Poser le téléphone parfaitement stable (sac de riz) 4. Prendre la photo (ne pas bouger 2–3 secondes) 5. Aller dans Photos → ouvrir l'image 6. Glisser vers le haut 7. Choisir l'effet : Pose longue L'iPhone fusionne automatiquement les images du Live pour créer : eau floue, rochers nets, effet soyeux professionnel	Méthode 1 — Mode Pro (idéal) 1. Ouvrir l'appareil photo → Mode Pro / Manuel 2. Régler : ○ ISO le plus bas possible (50–100) ○ Vitesse lente : 1/4 s, 1/2 s, 1 s (tester) 3. Stabiliser le téléphone 4. Déclencher sans bouger Méthode 2 — Mode Nuit Ce mode simule automatiquement la pose longue.

Les ateliers de photographie naturaliste sont rendus possible grâce au projet « Sherbrooke Toile vivante » de l'entente de développement culturel 2025-2027 avec le Ministère de la Culture et des Communications du Québec.