Olivia TROTEL
Formation · Communication

CAPCUT : CRÉER ET MONTER DES VIDÉOS PROFESSIONNELLES POUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

OBJECTIF DE FORMATION

Maîtriser le montage vidéo sur smartphone et ordinateur, avec le logiciel CapCut, mais également les fonctionnalités avancées et l'intelligence artificielle pour créer des contenus attractifs et engageants.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Réaliser un montage vidéo professionnel avec CapCut, sur smartphone ou ordinateur, en mobilisant les outils de découpe, d'habillage, de traitement audio et les principales fonctionnalités d'intelligence artificielle.
- Adapter et exporter une vidéo en fonction de son objectif de communication et de son canal de diffusion, notamment Instagram, Facebook, TikTok, LinkedIn, YouTube ou un site Internet.

INTERVENANTE

Olivia TROTEL
Plus de 20 ans d'expérience professionnelle en communication, marketing digital, formation et accompagnement des entreprises.

DURÉE
7 heures sur 1 jour

DATES et LIEUX
Dates à définir

TARIF
450 € net de taxes.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Formation dispensée en présentiel.

PUBLIC
Dirigeants de TPE/PME, entrepreneurs, indépendants, commerçants, artisans, chargés de communication, assistants marketing et salariés amenés à produire des contenus vidéo.

DÉLAI D'ACCÈS
Olivia TROTEL (SARL K.PARCAS) s'engage à répondre dans un délai de 3 jours ouvrés. Sauf cas particuliers, les délais d'accès moyens sont généralement inférieurs à 2 mois à compter de la date de signature de la proposition commerciale. Toutefois, ce délai demeure soumis au format choisi et aux modalités de prise en charge financière mobilisées

MODALITÉS D'INSCRIPTION
L'accès au parcours de formation est validé par :
- Un test de positionnement
- Un entretien téléphonique visant à identifier le besoin professionnel, et à adapter le cas échéant le parcours de formation au profil du stagiaire.

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION



SARL K.PARCAS
SIREN : 539193615 - NUMÉRO D'ENREGISTREMENT D'ACTIVITÉ : 53351286235
OLIVIA.TROTEL@KPARCAS.COM - 06.75.27.32.96

WWW.OLIVIA-TROTEL.COM

Année 2026 - mise à jour le 02.11.2026

Olivia TROTEL
Formation · Communication

CAPCUT : CRÉER ET MONTER DES VIDÉOS PROFESSIONNELLES POUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

PROGRAMME DE FORMATION

Module 1 – Découvrir CapCut et préparer son projet vidéo

- Présentation de CapCut : versions mobile et ordinateur.
- Découverte de l'interface, des outils et de la timeline.
- Différences entre fonctionnalités gratuites et payantes.
- Comprendre les formats vidéo : vertical, horizontal et carré.
- Organiser ses fichiers et créer un premier projet.

👉 *Exercice pratique : créer un projet et importer ses premiers médias.*

Module 2 – Réaliser un montage vidéo fluide et dynamique

- Importer et organiser des vidéos, photos et fichiers audio.Découper, fractionner, supprimer et réorganiser les séquences.
- Ajuster la durée et le rythme du montage.
- Utiliser les transitions et les effets visuels.
- Recadrer, zoomer et ajuster la vitesse.
- Ajouter une musique, une voix off et des effets sonores.
- Régler les volumes et les fondus audio.

👉 *Exercice : réalisation d'un montage vidéo à partir de plusieurs séquences.*

Module 3 – Personnaliser et dynamiser ses vidéos

- Ajouter des titres et du texte animé.
- Personnaliser les typographies et les couleurs.
- Intégrer un logo et des éléments de marque.
- Générer et corriger des sous-titres automatiques.
- Utiliser les filtres et les réglages d'image.
- Découvrir les animations, masques et images clés.
- Utiliser les modèles et tendances vidéo avec discernement.

👉 *Exercice : enrichir son montage avec des titres, sous-titres et éléments de son identité visuelle.*

DURÉE
7 heures sur 1 jour

DATES et LIEUX
Dates à définir

TARIF
450 € net de taxes.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Formation dispensée en présentiel.

PUBLIC
Dirigeants de TPE/PME, entrepreneurs, indépendants, commerçants, artisans, chargés de communication, assistants marketing et salariés amenés à produire des contenus vidéo.

DÉLAI D'ACCÈS
Olivia TROTEL (SARL K.PARCAS) s'engage à répondre dans un délai de 3 jours ouvrés. Sauf cas particuliers, les délais d'accès moyens sont généralement inférieurs à 2 mois à compter de la date de signature de la proposition commerciale. Toutefois, ce délai demeure soumis au format choisi et aux modalités de prise en charge financière mobilisées

MODALITÉS D'INSCRIPTION
L'accès au parcours de formation est validé par :

- Un test de positionnement
- Un entretien téléphonique visant à identifier le besoin professionnel, et à adapter le cas échéant le parcours de formation au profil du stagiaire.



Olivia TROTEL
Formation · Communication

CAPCUT : CRÉER ET MONTER DES VIDÉOS PROFESSIONNELLES POUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

PROGRAMME DE FORMATION

Module 4 – Découvrir les fonctionnalités avancées et l'intelligence artificielle

- Générer des sous-titres grâce à l'IA.
- Découvrir la synthèse vocale et les voix artificielles.
- Améliorer la qualité sonore et visuelle.
- Découvrir le détourage et la suppression d'arrière-plan.
- Explorer le suivi de mouvement et les animations avancées.
- Découvrir les outils de recadrage et d'automatisation.
- Identifier les limites de l'IA, les fonctionnalités payantes et les précautions liées aux données personnelles.

👉 *Exercice : tester plusieurs fonctionnalités IA sur son projet vidéo, selon les outils disponibles.*

Module 5 – Adapter ses vidéos aux réseaux sociaux et aux supports numériques

- Comprendre les codes des vidéos courtes.
- Construire une accroche efficace dès les premières secondes.
- Adapter le rythme, les textes et la durée au public visé.
- Découvrir les tendances Reels, TikTok et YouTube Shorts.
- Préparer une vidéo pour LinkedIn, Facebook ou un site Internet.
- Respecter les droits à l'image, les droits musicaux et les règles de publication.

👉 *Exercice : adapter son montage à un canal de communication choisi.*

Module 6 – Atelier de création : produire sa vidéo de A à Z

- Définir l'objectif de sa vidéo et son message principal.
- Sélectionner les séquences adaptées.
- Réaliser le montage complet.
- Ajouter les titres, sous-titres, transitions et éléments graphiques.
- Optimiser l'image et le son.
- Exporter sa vidéo au format adapté.
- Préparer sa publication et vérifier la qualité du rendu final.

👉 *Exercice : produire et exporter une vidéo professionnelle de 30 à 60 secondes, directement exploitable dans son activité.*

DURÉE
7 heures sur 1 jour

DATES et LIEUX
Dates à définir

TARIF
450 € net de taxes.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
Formation dispensée en présentiel.

PUBLIC
Dirigeants de TPE/PME, entrepreneurs, indépendants, commerçants, artisans, chargés de communication, assistants marketing et salariés amenés à produire des contenus vidéo.

DÉLAI D'ACCÈS
Olivia TROTEL (SARL K.PARCAS) s'engage à répondre dans un délai de 3 jours ouvrés. Sauf cas particuliers, les délais d'accès moyens sont généralement inférieurs à 2 mois à compter de la date de signature de la proposition commerciale. Toutefois, ce délai demeure soumis au format choisi et aux modalités de prise en charge financière mobilisées

MODALITÉS D'INSCRIPTION
L'accès au parcours de formation est validé par :

- Un test de positionnement
- Un entretien téléphonique visant à identifier le besoin professionnel, et à adapter le cas échéant le parcours de formation au profil du stagiaire.



Olivia TROTEL
Formation · Communication

CAPCUT : CRÉER ET MONTER DES VIDÉOS PROFESSIONNELLES POUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

PRÉREQUIS D'ENTRÉE EN FORMATION

Disposer d'un smartphone récent et/ou d'un ordinateur portable (Windows ou Mac) et être à l'aise avec les fonctionnalités courantes. Prévoir une connexion Internet et un espace de stockage suffisant. Disposer, si possible, de quelques photos, séquences vidéo et éléments identitaires. Aucun prérequis en montage vidéo n'est nécessaire.

PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP ET/OU DE MALADIE/SENSIBILITÉ INVALIDANTE

Les participants à cette formation précisent sur le formulaire d'inscription s'ils sont en situation de handicap, visible ou invisible, ou de maladie/sensibilité invalidante, et s'ils ont besoin d'aménagements spécifiques. Ces informations sont transmises au référent handicap qui prend attache avec lui (Olivia TROTEL / 06.75.27.32.96 / olivia.trotel@kparcas.com).

VALIDATION

- Attestation individuelle de formation

MOYENS TECHNIQUES

- Ordinateur individuel
- Connexion Internet
- Support pédagogique numérique remis aux participants
- Vidéoprojecteur (présentiel)
- Outil de visioconférence (distanciel)

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation du niveau et des pratiques en début de formation
- Exercices et mises en situation tout au long de la formation
- Vérification des optimisations réalisées : création de contenus
- Élaboration d'un plan d'action individuel ; évaluation des acquis en fin de formation

MÉTHODES MOBILISÉES

- Apports théoriques
- Études de cas
- Exercices pratiques
- Mises en situation professionnelles
- Travaux individuels et collectifs
- Analyse de cas apportés par les participants

RESSOURCES ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

- La formation repose sur une pédagogie active et individualisée. Les apports théoriques sont immédiatement suivis de mises en pratique sur les outils et supports réels de l'entreprise. Le participant travaille directement sur ses contenus et productions vidéos.

ORGANISATION ET DÉROULÉ DE LA FORMATION

- **Rythme :** 7 heures par jour, en semaine
- **En formation continue :** 1 jour soit 7 heures

Qualiopi processus certifié
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION

SARL K.PARCAS : Déclaration d'activité de formation professionnelle continue déclarée auprès de la DREETS sous le numéro 53351286235. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.



SARL K.PARCAS
SIREN : 539193615 - NUMÉRO D'ENREGISTREMENT D'ACTIVITÉ : 53351286235
OLIVIA.TROTEL@KPARCAS.COM - 06.75.27.32.96

WWW.OLIVIA-TROTEL.COM

Année 2026 - mise à jour le 02.11.2026