

FORMATION PROFESSIONNELLE

**« Le récit de soi :
Écrire un documentaire radiophonique à la première personne »
animée par Adila Bennedjaï-Zou**

**Du lundi 19 octobre 2026 au vendredi 29 janvier 2027
A Brest**

Ces dernières années, l'émergence du podcast et de la *narrative non-fiction* ont favorisé la multiplication des récits à la première personne. Qu'il s'agisse d'un.e simple narrateur.rice ou d'un récit réellement inspiré par une histoire personnelle, la part belle est faite au « je ».

Durant cette formation de huit jours, animée par la scénariste et documentariste Adila Bennedjaï-Zou, il s'agira de distinguer la diversité de ces « je » pour choisir celui qui convient le mieux. Quoi qu'il en soit, dès lors qu'on assume la première personne, on devient un personnage à intégrer dans la dramaturgie du documentaire, on doit lui/se trouver une place, une voix et un rôle. Et s'en servir pour élaborer un documentaire de création singulier dans tous ses aspects.

Cette formation a pour objectif principal, à travers la définition de trois étapes majeures - formulation du sujet, recherche de situations sonores, construction de la narration -, de produire un projet de récit documentaire personnel qui rencontre le collectif.

Objectifs

A l'issue de la formation, les participant.es seront capables de :

- Écrire un pitch de projet documentaire sonore qui énonce un thème et un ton
- Susciter des conditions d'interview qui font naître une relation entre intervieweur.se et interviewé.e.
- Écrire des micros singuliers qui révèlent une personnalité et un rapport au sujet
- Entrelacer des micros et de la matière documentaire
- Organiser leur matière sonore pour le montage
- Réaliser une maquette d'un projet de documentaire radiophonique à la première personne, qui soit fidèle à ses intentions

Public

Cette formation s'adresse à toutes les personnes désireuses d'approfondir la narration radiophonique documentaire à la première personne, et plus spécifiquement aux auteur.rice.s, documentaristes, producteur.ice.s de contenus

radiophoniques et de podcasts, journalistes et réalisateur.ice.s ayant une bonne connaissance du monde de la radio ou de la création sonore.

Pré-requis

Cette formation nécessite de maîtriser les bases du montage sonore et de la prise de son et d'avoir un projet qui deviendra le matériau sur lequel travailler durant la formation.

Déroulé de la formation en deux modules

MODULE 1 : DEFINIR UNE INTENTION ARTISTIQUE ET UNE DIRECTION DE REALISATION – 28h

Identifier les spécificités du documentaire sonore à la première personne

- Trouver son positionnement par rapport au sujet de son documentaire à la première personne
- Analyser des documentaires écrits à la première personne

Créer un dispositif sonore

- Identifier le dispositif sonore et narratif cohérent avec le sujet traité, sur la base d'un panel d'écoutes
- Rechercher quels supports sonores peuvent porter le récit : interviews, field recordings, archives, situations, musiques

Formuler un pitch singulier de documentaire sonore à la première personne

- Formuler en quelques lignes le sujet de son projet mais aussi le rapport qu'on entretient avec lui et la manière dont on veut le traiter
- Présenter son projet à l'oral
- Formuler un retour constructif

Mener un interview pour créer la rencontre entre deux personnes

- Identifier les techniques spécifiques de l'entretien documentaire à la première personne
- Dans un temps bref, créer avec la personne interviewée un lien qui s'entende : empathie, confiance, mais aussi l'inimitié.
- Adapter sa posture d'intervieweur-se en fonction des aléas de l'interview

Concevoir le montage comme un outil au service de la narration

- Identifier les étapes de construction d'un montage documentaire
- Organiser et sélectionner des matériaux sonores dans une session de montage
- Analyser le rôle de l'écriture des « micros » dans le montage

Ecrire des « micros » pour articuler la narration documentaire

- Identifier les qualités d'un bon « micro »
- Ecrire un texte « à voix haute », faire en sorte qu'il n'ait pas pu être écrit par quelqu'un d'autre que l'auteur-ice.

Ecrire et monter un teaser de 3 mn

- Ecrire le « micro » d'un teaser

- Monter son « micro » avec des sons enregistrés. Savoir par quel son commencer, comment s'appuyer sur ce qui vient d'être dit pour enchaîner sans être redondant.

Identifier les forces et faiblesses de son projet de podcast

- Identifier les points forts et axes d'amélioration de son projet suite à sa présentation orale
- Identifier les suites à donner pour mener à bien son projet de podcast

Travail intermédiaire entre les deux modules de tournage et de montage d'une séquence de 10 mn.

MODULE 2 : LE MONTAGE, UNE DEUXIEME ETAPE D'ECRITURE – 28h

Expérimenter son projet sur le terrain

- Réaliser une interview
- Adapter sa posture et son conducteur initial selon les réactions de la personne interviewée

Organiser son dérusherage pour référencer la matière sonore récoltée

- Dérusher une interview et dérusher une ambiance.
- Construire le documentaire en amont

Ecrire son documentaire à travers le montage

- Choisir ses extraits
- Différencier les passages utiles au récit et ceux dont on peut se passer.
- Construire un personnage à partir de la personne interviewée

Trouver sa voix

- Les ingrédients du micro : le sensible, la documentation, la narration.
- Trouver son ton

Mêler sa voix aux sons

- Ecrire à partir des sons enregistrés.
- Comment s'appuyer sur ce qui vient d'être dit pour enchaîner sans être redondant.
- Monter un micro.

Modalités pédagogiques

La formation alterne :

- Approche participative fondée sur l'intelligence collective
- apports théoriques
- écoutes et analyses de productions de référence
- Exercices de pitch
- Travail individuel et collectif encadré
- Études de cas à partir des projets des participant-es

Cette formation se déroule en deux modules. Un travail intermédiaire de tournage et de montage d'une séquence de 10 mn devra être réalisé par les participant·es et présenté à la formatrice au début du module 2.

Les contenus et modalités pédagogiques sont adaptés aux besoins, niveaux et projets des participant·es, identifiés en amont de la formation dans le bulletin de pré-inscription.

Modalités d'évaluation

Positionnement initial :

- Recueil des attentes, des acquis, de la situation professionnelle des participant·es et auto-évaluation de positionnement dans le bulletin de pré-inscription

Évaluation des acquis en cours de formation

- Questionnement oral au fil de la formation
- Qualité des pitches (évolution entre début et fin de formation)
- Capacité à structurer et faire évoluer son projet
- Pertinence des retours formulés aux autres participant·es
- Retours individualisés de la formatrice et du groupe

Évaluation finale

- Maquette contenant à la fois des extraits d'interview, de micros et de sons d'ambiance d'un projet de documentaire radiophonique écrit à la première personne, analysée par la formatrice
- Auto-évaluation de la progression par questionnaire envoyé la semaine suivant la formation
- Évaluation qualitative de la formation par questionnaire envoyé la semaine suivant la formation

Les productions réalisées constituent des preuves de l'acquisition des compétences visées.

Une attestation individuelle de fin de formation, rappelant les compétences visées, est remise à chaque participant assidu

Moyens techniques

Salle de formation équipée d'un vidéoprojecteur et d'enceintes. Les stagiaires seront invité.e.s à se munir de leurs ordinateurs portables personnels ainsi que d'un casque d'écoute de bonne qualité et d'un enregistreur s'ils en ont un.

Effectif, durée, coût pédagogique, dates et lieu

Effectif limité à 8 personnes maximum – 8 jours (56 heures)

Coût pédagogique :

- Artistes-auteur (prise en charge AFDAS) et professionnels ayant une prise en charge par leur employeur : 3 360 € nets de taxes
- Intermittents du spectacle (prise en charge AFDAS) : 2 520 € nets de taxes

Le CPF ne peut pas financer cette formation.

Dates : **Module 1 du 19 au 22 octobre 2026 et module 2 du 26 au 29 janvier 2027**

Lieu : **Maison de l'International, 50 Esplanade de la Fraternité, 29200 Brest**

Modalités d'inscription

- 1- Remplissez le bulletin de pré-inscription - qui ne garantit pas inscription définitive - et renvoyez-le par mail à formation@longueur-ondes.fr **avant le 6 septembre 2026**.
- 2- A partir du **6 septembre 2026**, les bulletins reçus seront étudiés par la formatrice, en vue de constituer le groupe. En fonction du nombre d'inscriptions reçues, nous pourrions être amenés à ouvrir une liste d'attente. La priorité sera donnée aux personnes bénéficiant d'un financement professionnel (OPCO ou employeur).
- 3- Une fois le groupe constitué, nous vous rappelons soit pour vous confirmer que vous faites bien partie du groupe, soit pour vous informer que vous êtes sur liste d'attente.

Projets éligibles :

- Projet de documentaire sonore (unité, série ou collection) écrit à la première personne.
- N'ayant donné lieu à aucune œuvre sonore.
- Sans producteur ou productrice.
- Impérativement traduit en langue française si l'original est écrit dans une autre langue.

Documents demandés :

- Une note d'intention courte et directe d'1 à 2 pages.
- Un pitch (quelques lignes).

Tous les documents demandés doivent être fusionnés dans l'ordre en un seul PDF.

Déficit sensoriel ou moteur, accessibilité

L'établissement qui accueille la formation, dispose d'un parking véhicules pour les visiteurs, incluant des places "Handicapés" matérialisées au sol. Salle de formation, toilettes, espaces de circulation, sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Tous ces points ont fait l'objet d'une visite préalable par le formateur auprès de la directrice de l'établissement. Notre organisme de formation est doté d'une interlocutrice handicap (contact : formation@longueur-ondes.fr) qui peut étudier avec vous les différents aménagements de votre projet de formation.

Suivi de la formation

Un questionnaire de suivi accompagne cette démarche dans les 6 mois qui suivent l'action de formation (envoi et retour par mail).

Documents contractuels

Toutes les actions de formation dispensées par Longueur d'ondes font l'objet d'une convention ou d'un contrat de formation. Ces documents accompagnés du règlement intérieur, des conditions générales de vente, de la fiche descriptive d'action de formation, complètent le devis détaillé et complet.

Intervenante

Adila Bennedjaï-Zou est scénariste et documentariste. Ses films, inspirés du courant de la micro-histoire, portent sur des destins anonymes qui ont fait « la grande Histoire ». Dans ses podcasts, notamment Mes années Boum, PMA hors la loi, Heureuse comme une arabe en France et Exologie, elle propose un travail d'autobiographie collective en



Association Longueur d'ondes
Formation professionnelle

articulant témoignages, archives et un récit à la première personne. Partant de l'idée que notre vie privée est imprégnée d'enjeux politiques et de valeurs communes, elle cherche à saisir les endroits où intimité et collectif se rencontrent. Elle a été pensionnaire à l'Académie de France à Rome en 2020-2021 et fellow de l'Institute for Ideas and Imagination à Columbia Paris.

Pour toute information complémentaire :
Carole Tourde – Chargée de formation professionnelle
formation@longueur-ondes.fr – 02 98 49 00 15

Longueur d'ondes — Organisme de formation professionnelle
24 rue Sully-Prudhomme, 29 200 Brest
formation@longueur-ondes.fr • 0298490015

longueur-ondes.fr
oufipo.org

Numéro de déclaration d'activité auprès du préfet de la région Bretagne : 53290916829
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état
N°SIRET : 452 805 914 00044 - Code APE : 94992