

FORMATION PROFESSIONNELLE**« Initiation au mixage d'un podcast »
animée par Martin Delafosse****Du lundi 29 juin au jeudi 2 juillet 2026
A Brest**

Cette formation est destinée aux journalistes ou créateurs de podcasts confirmés qui souhaitent prendre en charge de manière autonome le mixage en stéréo de leurs productions. Après un rappel de la chaîne de production d'un podcast, la formation proposera une méthodologie simple et efficace du mixage. Les stagiaires apprendront à créer un podcast homogène, adapté à tous les supports d'écoute et qui respecte les normes de diffusion. A l'issue des quatre jours de formation, les stagiaires auront connaissance de toutes les techniques pour parvenir à produire des podcasts d'une grande qualité sonore.

Cette formation s'appuiera à la fois sur des apports théoriques du formateur conjugués à des ateliers pratiques, des analyses de cas et du suivi personnalisé sur les productions des stagiaires.

Objectifs

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

- Identifier les différentes étapes de la chaîne de production d'un podcast et la place du mixage dans cette chaîne
- Définir le mixage et comprendre son apport dans un podcast
- Développer des techniques de base de mixage

Public

Créateurs de contenus audio (journalistes, producteurs de podcasts ou plus largement professionnels travaillant dans les médias sonores ou la communication audio) souhaitant améliorer la qualité sonore de leur production.

Pré-requis

Cette formation nécessite de maîtriser de connaître les bases en enregistrement et montage audio, et d'avoir une expérience préalable dans la production de podcasts ou de contenus audio.

La formation se fera avec le logiciel Reaper.

Déroulé de la formation

- **Jour 1 :**
 - Introduction :

Rappels de la chaîne de production d'un podcast.

Présentation des différentes étapes.

Qu'est-ce que le mixage et pourquoi est-il essentiel ?

Comprendre les attentes des auditeurs et comparer les différents modes d'écoute des podcasts.

- Les bases techniques du son :

Comprendre les principes fondamentaux : les niveaux, les fréquences, le timbre, la stéréo.

- Où s'arrête le montage son et où commence le mixage ?

- Les normes de diffusion :

Présentation du Loudness. Comment s'assurer que mon mixage est au bon niveau.

Les outils de mesure (niveau, phase, stéréo)

- La gestion des pistes :

Organiser sa session pour un mixage efficace.

La différence entre insert et départs auxiliaires.

L'utilisation des sous-groupes et des dossiers de pistes.

- **Jour 2 :**

- Les trois grandes catégories d'effets : Egaliseurs / Compresseurs / Réverbération :

- théorie et utilisation des EQ
- théorie et utilisation des Compresseurs
- théorie et utilisation des réverbérations

- Le nettoyage des sons :

Quels outils pour nettoyer les sons (souffle, saturation, bruits gênants...)

- La chaîne de traitement d'une voix :

Quels outils, quels réglages, dans quel ordre les utiliser ?

Utilisation de l'EQ.

Le compresseur et le limiteur.

Le de-esser.

Ajouter de la chaleur à une voix qui en manque.

- La réverbération

- **Jour 3 :**

- Les effets particuliers (effets téléphones, mégaphone etc...) :

Comment réaliser facilement une voix téléphone, provenant d'un poste de radio...

- Le mixage de la musique et des ambiances :

Comment caler son niveau de musique.

Le suivi des musiques et du sound-design.

L'utilisation d'un compresseur avec side-chain comme aide au mixage.

- Créer une image stéréo :

La gestion des panoramiques

Les outils pour travailler l'image stéréo.

- **Jour 4 :**
 - L'automation :
Suivi des niveaux
Automation des effets
Les surfaces de contrôle (machines ou applications smartphone)
 - La chaîne de traitement du master / le «mastering» :
Compression du master
Limiteur
 - Ecouter son mixage :
Les différentes écoutes : comment s'assurer que le mixage convient à tout type d'écoute.
L'utilisation de mix de référence.
 - Exports / Les formats audio :
.wav .mp3 : que choisir ? Comment exporter son projet ?
Respect des normes de diffusion
 - Bilan de la formation

Modalités pédagogiques

Cette formation alterne méthodes démonstratives, interrogatives, actives basée sur l'apport de contenus théoriques, l'exposé participatif, l'analyse de pratiques individuelles et collectives et la mise en situation (exercices pratiques seul.e et/ou à plusieurs).

Modalités d'évaluation

Des auto-évaluations de positionnement seront réalisées en amont, afin de permettre au stagiaire d'expliciter sa situation professionnelle, ses acquis et ses attentes, et à l'issue de la formation, afin de témoigner des compétences acquises et de sa progression en relation à son parcours de formation et ses objectifs professionnels.

Une attestation individuelle de fin de formation, rappelant les compétences visées, est remise à chaque participant assidu. Un questionnaire d'évaluation qualitative du stage est rempli par chaque participant en fin de formation et analysé par l'équipe pédagogique.

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 avec logiciel de montage préalablement installé ainsi que d'un casque d'écoute de bonne qualité.

Effectif, durée, dates, lieu et coût pédagogique

Effectif limité à 10 personnes maximum – 4 jours (24 heures)

Dates : Du lundi 29 juin au jeudi 2 juillet 2026

Lieu : Centre d'affaires du port – 6 rue Porstrein – 29200 Brest

Horaires : 9h – 17h30

Coût pédagogique :

- **Professionnels ayant une prise en charge par leur employeur (+ 10 salariés) :** 2 100 € nets de taxes
- **Artistes-auteur (prise en charge AFDAS) :** 2100 € net de taxes
- **Professionnels ayant une prise en charge par leur employeur (- 10 salariés) :** 1 750 € nets de taxes
- **Intermittents du spectacle (prise en charge AFDAS) :** 1575 € net de taxes
- **Indépendants (dont auto-entrepreneurs) :** 875 € nets de taxes
- **Individuels :** 595 € nets de taxes

Délai d'accès à la formation

Bulletin de pré-inscription à renvoyer par mail à formation@longueur-ondes.fr avant le 13 mai 2026. 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).

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. 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 2 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 et d'un contrat de formation. Ces documents accompagnés du règlement intérieur, de l'attestation d'informations préalables à l'inscription, de la fiche descriptive d'action de formation, complètent le devis détaillé et complet.

Intervenante

Martin Delafosse est ingénieur du son, réalisateur radio, musicien et formateur. Il a travaillé 14 ans à Radio France sur des émissions très variées (fictions, documentaires, reportages, habillage antenne). Indépendant depuis 2019, il réalise et mixe de nombreux podcasts pour différents studios (Making Waves, Oufipo, Wave Audio, Ma Scène Nationale, Musée des Ducs de Bretagne...). Il est aussi monteur son et compositeur pour l'image (Cinéma d'animation, Arte, France Télévision, Monono...) En parallèle de son activité d'ingénieur du son, il enseigne les métiers du son à l'ISB, aux BTS audiovisuel de Boulogne Billancourt et de Lesneven et intervient comme formateur dans certaines institutions (Institut du monde arabe...). Il a remporté le prix de la création jeunesse 2023 du festival Longueur d'Ondes pour la fiction *Étrange Estran*.

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