



# L'ESSENTIEL DE LA PAO

## Mettre en pages et modifier des documents avec la suite Adobe CC

### FORMATIONS COURTES

#### INITIATION

BEST-OF

Ref. : PA17119

Durée :  
5 jours - 35 heures

Tarif :  
Salarié - Entreprise : 2325 € HT

Code Dokelio : 67629

La Publication Assistée par Ordinateur (PAO) est une discipline fondamentale pour tous les métiers créatifs : graphistes, designers, communicants...

Elle consiste à créer ou modifier des documents ou des visuels de qualité professionnelle en vue d'une diffusion numérique ou pour l'impression.

PYRAMYD a imaginé cette formation L'essentiel de la PAO comme une initiation aux trois logiciels incontournables en la matière.

Photoshop pour la retouche d'images, InDesign pour la mise en pages de documents et Illustrator pour la conception d'illustrations vectorielles.

Vous apprendrez ainsi, et en moins de cinq jours, à prendre en mains ces différents outils grâce à divers exercices pratiques : création d'un photomontage, d'une plaquette et d'un logo.

Cette formation permettra d'améliorer sa productivité grâce à l'intelligence artificielle avec notamment la présentation de l'interface d'Adobe Firefly

La formation L'essentiel de la PAO est accessible à toute personne qui souhaite s'initier aux logiciels de conception graphique de la suite Adobe.

### LIEUX ET DATES DÉTAILLÉS

À distance

24 au 28 nov. 2025

- **24/11/2025 09:00 --> 28/11/2025 17:30 à À distance**
  - 24/11/2025 09:00 --> 24/11/2025 17:30
  - 25/11/2025 09:00 --> 25/11/2025 17:30
  - 26/11/2025 09:00 --> 26/11/2025 17:30
  - 27/11/2025 09:00 --> 27/11/2025 17:30
  - 28/11/2025 09:00 --> 28/11/2025 17:30

### OBJECTIFS

- Décrire la chaîne graphique
- Organiser ses mises en pages dans InDesign
- Préparer ses images avec Photoshop
- Créer des éléments vectoriels dans Illustrator
- Organiser efficacement ses productions avec InDesign, Illustrator et Photoshop
- Intégrer les fonctionnalités liées à l'intelligence artificielle

### EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

### POUR QUI ?

Cette formation est accessible à tous.



Membre de la Fédération  
Les Acteurs de la Compétence

Pyramyd NTCV - 18-24 rue Tiphaine - 75015 PARIS  
Tél. : +33 (0)1 42 21 02 02 - e-mail : serviceclient@pyramyd.fr  
Siret 351 996 509 00045



## PRÉREQUIS

Une connaissance de l'outil informatique est indispensable.

## COMPÉTENCES ACQUISES

Mettre en pages et modifier des documents avec InDesign, Illustrator et Photoshop

## PROGRAMME

Pendant  
L'essentiel de la PAO

### Décrire la chaîne graphique

- Identifier les étapes d'un flux de production : de la conception à l'impression
- Identifier le rôle de chaque logiciel dans la chaîne graphique
- Connaître le vocabulaire de base et les principaux formats de fichiers

*Étude de cas : analyse de projets PAO*

### Organiser ses mises en pages dans InDesign

- Se repérer dans l'interface : les menus, les outils, les palettes
- Créer et manipuler des blocs textes
- Créer et manipuler des blocs images
- Modifier et recadrer une image
- Utiliser les calques pour gérer efficacement ses documents
- Structurer un document recto-verso : format, pages, marges, gabarits...
- Saisir et enrichir un texte
- Importer du texte
- Gérer les styles de texte
- Appliquer des effets graphiques simples
- Valider la qualité des images

*Exercice : réaliser une plaquette recto-verso*

### Préparer ses images avec Photoshop

- Se repérer dans l'interface : les menus, les outils, les palettes
- Utiliser les calques
- Recadrer, redresser et nettoyer une photo
- Régler la luminosité, le contraste, les changements de couleurs avec les calques de réglage
- Détourer une image avec le Lasso, la Baguette magique ou la Sélection rapide
- Modifier ses images avec les masques de fusion
- Préparer ses images pour l'impression : résolution et formats (JPEG, PNG, PSD...)

*Exercice : retoucher des images et réaliser un photomontage simple*

### Créer des éléments vectoriels dans Illustrator

- Se repérer dans l'interface : les menus, les outils, les palettes
- Dessiner des formes simples et découvrir la palette Aspects
- Utiliser efficacement les outils de sélection (Flèche blanche / Flèche noire)
- Créer et modifier des objets avec Pathfinder
- Préparer des couleurs, des motifs et des dégradés
- Découvrir l'outil Plume et les courbes de Bézier

*Exercice : réaliser un logo*



## Organiser efficacement ses productions avec InDesign, Illustrator et Photoshop

- Composer avec méthode ses mises en pages (gabarits et styles)
- Optimiser ses images
- Préparer son document pour l'impression : vérifier les polices et les liens images
- Créer un PDF optimisé

*Exercice : réaliser une brochure de 4 à 8 pages*

## Intégrer les principes de l'intelligence artificielle

- Présentation de l'interface d'Adobe Firefly
- Tester un prompt
- Rédiger un prompt pour créer une illustration
- Utiliser l'outil recolorisation
- Utiliser le remplissage génératif
- Utiliser l'extension / recadrage d'image génératif
- Détourer avec les fonctions automatiques IA

## INTERVENANTS

Alan MORESTAIN  
Alan MORESTAIN

Jean-Marie LENOEL  
FREEDOM PORTAGE

## MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Matériel et/ou logiciels nécessaires pour suivre cette formation :

Formation en présentiel : les ordinateurs sont équipés des logiciels nécessaires au suivi de cette formation.

Si vous utilisez votre ordinateur personnel (pour formation en présentiel ou classe virtuelle), merci d'installer au préalable la suite Adobe  
En classe virtuelle est recommandé de se munir d'un double écran.

Équipe pédagogique : Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques : Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs.

Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Ressources pédagogiques : Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

