

8 TIPS OM BETERE FOTO'S TE MAKEN VAN JE DAGELIJKS LEVEN

SANDRA STOKMANS
FOTOGRAFIE

DOCUMENTAIRE FAMILIE FOTOGRAFIE
DAY IN THE LIFE



E - B O O K

GRATIS

Blijf plezier houden met je familie terwijl je jullie dagelijkse activiteiten vastlegt!

Wat leuk dat je dit gratis e-book hebt gedownload!

Na het lezen van dit e-book, *8 tips om betere foto's te maken van je dagelijks leven*, zal je hopelijk op een heel andere manier gaan kijken naar je alledaagse leven en het vastleggen daarvan.

We gaan niet voor de perfect uitziende plaatjes, maar voor hoe jullie leven echt is. Dat wat je je later zult herinneren en dat wat je kinderen gaan doorgeven aan hun kinderen.

Laat iedereen lekker zichzelf zijn. Laat ze doen wat ze doen. Dan ga je de échte foto's krijgen van je gezinsleven. Dan kun je echt de persoonlijkheid van je kind vastleggen

Veel plezier met deze gratis tips!

Oh ja: vergeet je foto's niet af te drukken. Druk ze af in een album of als muurprint. Al stop je ze in een doos. Druk ze gewoon af.

Als je ooit hulp nodig hebt, aarzel dan niet om mij te bellen of te mailen. Ik ben slechts een klik verwijderd.

DIT BEN IK

SANDRA STOKMANS FOTOGRAFIE

"Ik maak foto's omdat ik graag verhalen vertel met beeld. Eigenlijk wil ik je met beeld helpen je verhaal te vertellen. Jouw verhaal een gezicht geven en kleur geven."



Ik ben Sandra en woon in Maarssen dichtbij Utrecht, samen met Michiel met wie ik twee heerlijke kinderen, Tom en Marie, heb. Ik specialiseer mij in reportage documentaire fotografie en portretfotografie voor zowel gezinnen als bedrijven, zoveel mogelijk fotograferend in een documentaire verhalend perspectief met natuurlijk licht.

Ik zit wel eens aan tafel met mijn kinderen en dan denk ik: "van dit moment zullen nooit foto's gemaakt worden". Dat wij met z'n vieren aan tafel zitten te eten of spelletjes aan het spelen zijn. Gewoon zoals wij zijn en zoals wij altijd doen. Juist die herinneringen die je vormen en later zo dierbaar zijn.

Ik hou ervan om gezinnen te portretteren, in welke samenstelling of fase van hun leven dan ook. In hun (natuurlijke) omgeving. De oprechtheid, spontaniteit, openheid en gekkigheid van kinderen vind ik leuk. De tederheid van moeder, het dollen van vader, zorgzaamheid van Oma, grapjes van Opa en het aandacht vragen van een huisdier (of andersom) vind ik mooi om te zien.

Ik wil graag tastbare visuele herinneringen geven zodat je die dagelijks dierbare momenten kunt herbeleven, dat je trots voelt en geraakt bent. En dat je dan die trots kunt delen, hoe en wanneer je dit wilt.



**ECHT IS LEUKER DAN PERFECT.
ECHT IS PERFECT!**



Fotografeer horizontaal

Het allereerste wat ik vaak zie is dat er verticaal gefotografeerd wordt. Stop daarmee! Ga horizontaal fotograferen (tenzij als je echt een portret van iemand wilt maken in de verticale stand). Wij hebben tenslotte een horizontale blik, dat zijn we gewend. Bovendien kijken wij van links naar rechts (of rechts naar links).

Deze kleine aanpassing zal een grote impact hebben op je foto's!



2

Hou de horizon en de lijnen recht

Denk om je horizon. Niets is storender dan scheve lijnen of een horizon die scheef staat (of je doet het expres met een hele duidelijke reden). Je krijgt namelijk vaak een ongemakkelijk gevoel als je naar zo'n foto kijkt, van "iets klopt er niet". Dus let op de lijnen in een foto en zorg ervoor dat die recht in beeld komen, dan zullen deze ook niet de aandacht afleiden van wat er echt toe doet in de foto. Als er geen zichtbare horizon is, probeer dan een andere houvast te zoeken. Lijnen tussen stenen van een gebouw, straatlampen, raamkozijnen etc.

Als het niet gelijk lukt kun je dit in je bewerking (met software of apps) makkelijk aanpassen.



Grand Canal 840s CE
Categorie : C
Max. poid : 420 Kg
Max. pers. : 4
Damenit 0162-015388

3

Wees je eigen zoom

Wanneer een achtergrond lelijk is of niet relevant is voor wat je wilt vertellen met je foto, ga dan dichterbij staan. Wees je eigen zoomlens door de bewegen. Met een compact-, systeem- of spiegelreflexcamera met zoomlens kun je nog wel inzoomen maar met een smartphone zou ik dat zeker niet doen omdat de kwaliteit van de foto dan dramatisch wordt. Ga niet te ver van je onderwerp vandaan staan, kom dichterbij! In de bewerking achteraf kun je dan wat bijsnijden met minimaal kwaliteitsverlies.

Ga dus verder naar voren om dat detail te pakken of naar achteren om de omgeving meer in beeld te brengen.



4

Varieer van perspectief

Wat ik ook vaak zie, is dat een foto genomen wordt vanuit de ooghoogte van diegene die de foto neemt, naar beneden gericht. Als je op deze manier een foto neemt dan kijken we gewoon naar de scene. En krijgen wij vaak de bovenkant van een hoofd te zien, wat niet echt interessant is. Dus niet meer alleen richten en schieten!

Vanuit welk perspectief een foto wordt genomen bepaalt het gevoel, de sfeer en de beleving van de kijker. Wanneer je hierin varieert, krijg je ook wat meer variatie in je beelden. Ga op de grond liggen, op een stoel of tafel staan ... Als je zakt tot de (oog)hoogte van je onderwerp en je maakt dan een foto, heb je als kijker veel meer het gevoel dat je 'erbij bent'. Je wordt als het ware het beeld ingezogen, waardoor je direct emotioneel betrokken wordt bij het onderwerp. Je bent het niet langer op een afstand aan het bekijken. Je foto's hebben een uniek perspectief en worden meteen een stuk spannender.





5

Let op alle ledematen

Probeer alle vingers of voeten in beeld te krijgen. Soms is dat niet mogelijk en soms ook niet heel belangrijk, maar neem die paar seconden om ervoor te zorgen dat de hele hand in het kader is. De kijker moet niet het ongemakkelijke gevoel krijgen dat er ledematen geamputeerd zijn.

Er zijn zoveel plaatsen op het menselijk lichaam waar je wel kan afsnijden, bv net boven de elleboog. In wezen is de regel om niet bij de gewrichten af te snijden. Ook ik moet hier nog elke keer goed op letten.





Let op het licht

Dit is niet de makkelijkste tip, maar wel een die je veel zal brengen. Bovendien wordt het steeds makkelijker als je het vaker oefent. Om te fotograferen heb je licht nodig. Kijk waar het licht vandaan komt, waar het terecht komt en probeer daar gebruik van te maken. Met licht heb je ook schaduw en dit zal direct voor meer dynamiek zorgen in je foto. Let wel goed op waar de schaduwen vallen in het gezicht. Soms zijn ze niet zo flatteus.





Zet de automatische ingebouwde flits uit

Een aanvulling op de *Tip 6: Let op het licht*. Zet de automatische ingebouwde flits uit! Een flits neemt elk gevoel uit een foto als je niet precies weet hoe je het moet gebruiken. Bovendien is het nooit echt flatteus. Zelfs als het donker is, komt er altijd wel ergens licht vandaan. Probeer dat te gebruiken. Dus gebruik alleen de flits als je het echt nodig hebt.





8

Laat het authentiek zijn (geen "cheese"!)

Fotografeer ook je alledaagse activiteiten eens. Het spelen met de Playmobil, buiten spelen, je rituelen, boodschappen doen, een sportwedstrijd of training, een muziekles ... En laat daarbij iedereen zijn eigen ding doen. Stop met fotograferen als ze gaan poseren. Zodra ze door hebben dat je dan geen foto maakt zullen ze vrij snel doorgaan met waar ze mee bezig waren. Wij zijn zo geprogrammeerd om te lachen of in een pose te schieten als er een camera tevoorschijn komt.

Kies je plek (compositie), wees geduldig en wacht op een mooi moment. Als je de tijd hebt, probeer er gewoon te zijn. Ga een gesprek aan. Maak verbinding en kijk wat er gebeurt. De foto's die je op deze manier creëert zullen meer leven en emoties in zich hebben dan de foto's die je hiervoor gemaakt hebt!





Als het niet helemaal lukt
zoals je zou willen of je
wilt weleens zelf op de
foto staan, dan is er ...



DAY IN THE LIFE

DOCUMENTEREN VAN HET DAGELIJKSE.

Een Day in the Life is een vorm van familie fotografie alleen dan niet geposeerd. Documentaire fotografie van een gewone dag uit je leven.



Het leven gaat toch om de dagelijkse momenten?

De kleine meest echte dagelijkse momenten. De wonderlijkste momenten.

Ze gebeuren er tussen in, de tussen-in-momenten. Deze momenten zijn meest authentiek. De meest authentieke van je gezin.

De momenten waar je kinderen het meest van leren, die ze het meest bijblijven. De momenten die hen vormt. Die hen de basis geeft waarop ze de rest van hun leven op vertrouwen.

Juist die dagelijkse momenten die niet opvallen en je zo als vanzelfsprekend neemt. Die je wellicht vergeet

omdat alles continu verandert in een gezin.

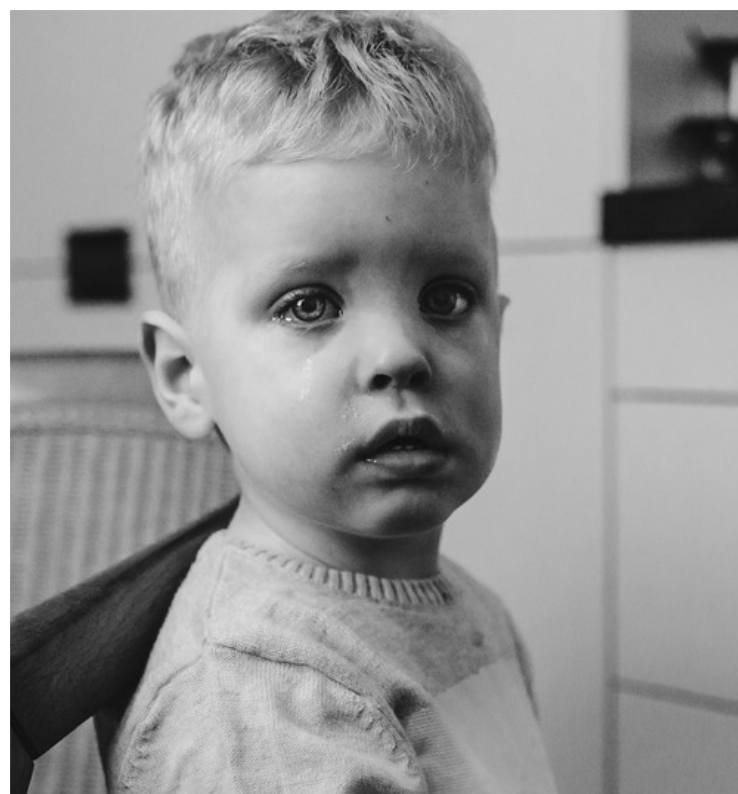
Dat is de reden waarom het documenteren van het alledaagse door middel van foto's mij happy maakt. Omdat ik iets doe wat er toe doet, nu, en later.

Wat als we nou uitsluitend foto's zouden nemen om ons echte leven te herinneren. Niet alleen om te delen op social media. Maar gewoon onze dagelijkse realiteit. Die dan een beetje rommelig is. Niet zo volmaakt. Gewoon ECHT, zoals het is. Foto's voor onszelf.

Om op te hangen, neer te zetten of door heen te bladeren en om die manier alles te blijven herinneren later in het leven.

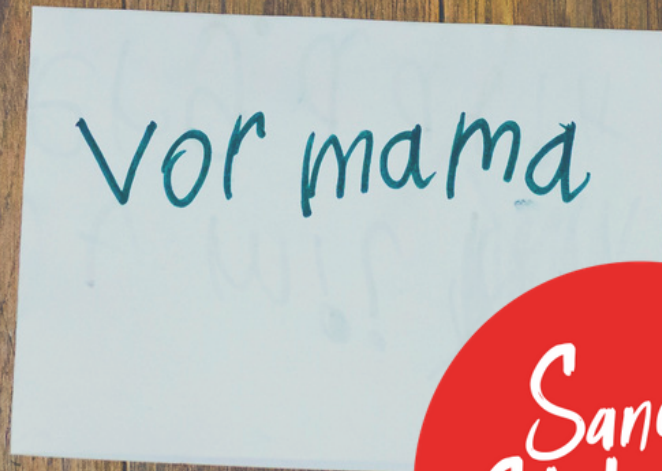


Deze vorm van fotografie heeft als enige vereiste dat je precies doet wat je altijd doet. Gewoon jezelf zijn. Het echte leven. In al zijn rust heetiek, gekke en liefdevolle momenten.





VASTLEGGEN VAN HET LEVEN ZOALS HET IS



Sandra Stokmans Fotografie

+31-6-34770111 | info@sandrastokmans.nl

www.sandrastokmans.nl