on a rectangle + flou + seuil.
Ou selection cercles + rectangles.

Je fais ce topic pour montrer l'outil rectangle arrondis de photoshop

Il existe un outil fait pour ça :

L'outil forme vectorielle :



et le coté pratique est que l'on peut choisir le type de sortie voulue :



1 - masque vectoriel
2 - Tracé
3 - Pixel "classique"