
Exposition sonore quotidienne : Des solutions pour préserver votre audition

Laurent Hardy
Carsat MP
Centre de Mesures Physiques

Cyril Della-via
Association avant mardi
Relais Agi-son



« Dose » journalière admissible

Travail



Déplacement



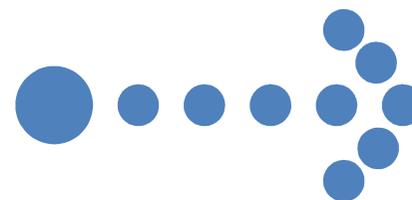
Loisirs



Maison

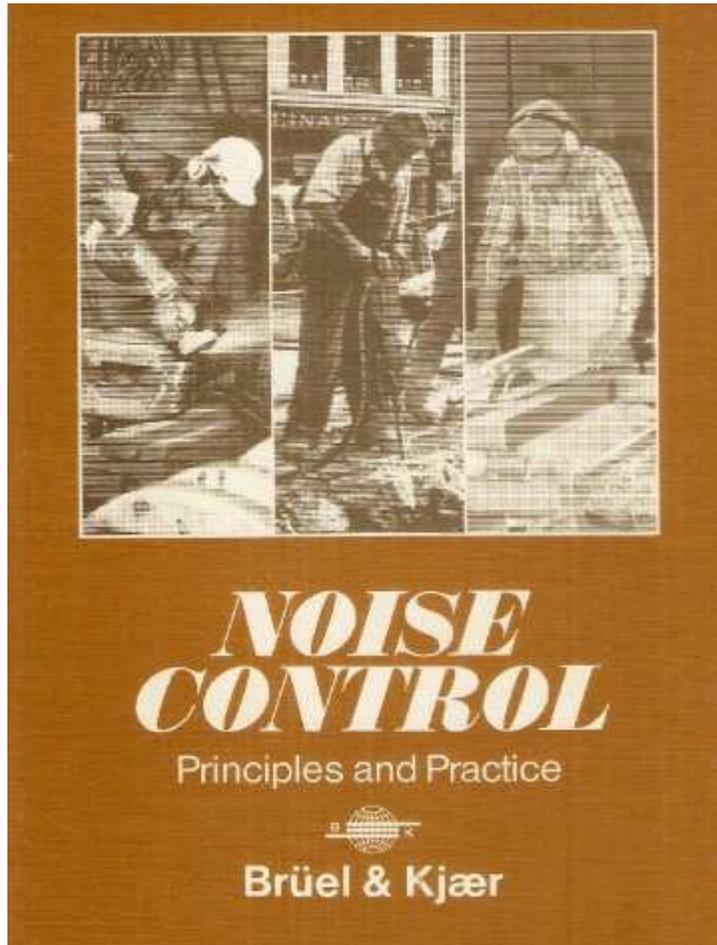


Cumul
Maxi



80 dB(A)

Préambule



1. Solutions connues et éprouvées
2. Local traité acoustiquement

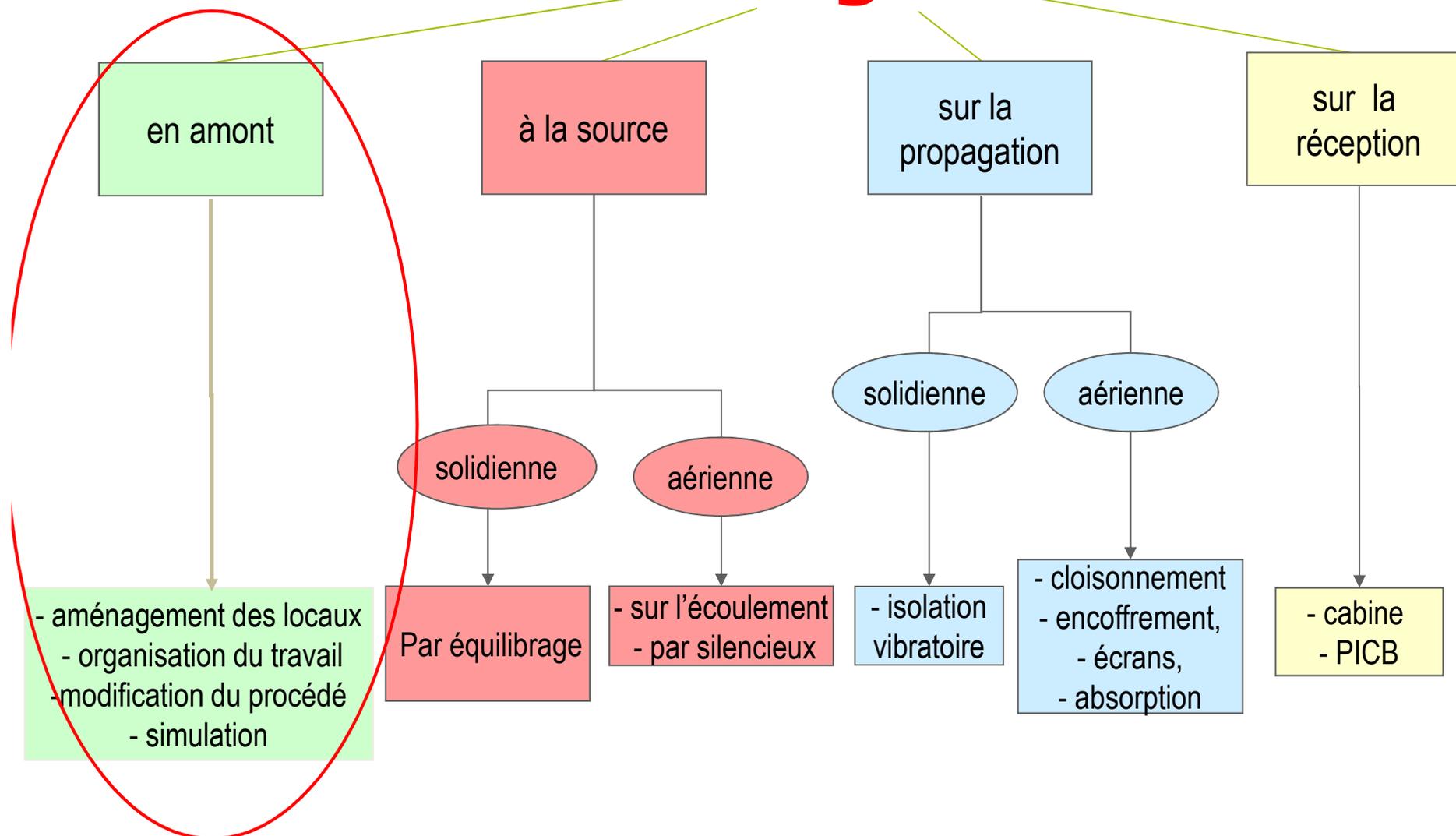
5€/m² à la conception

3. Une volonté d'AGIR

« S'informer nuit gravement à l'ignorance »

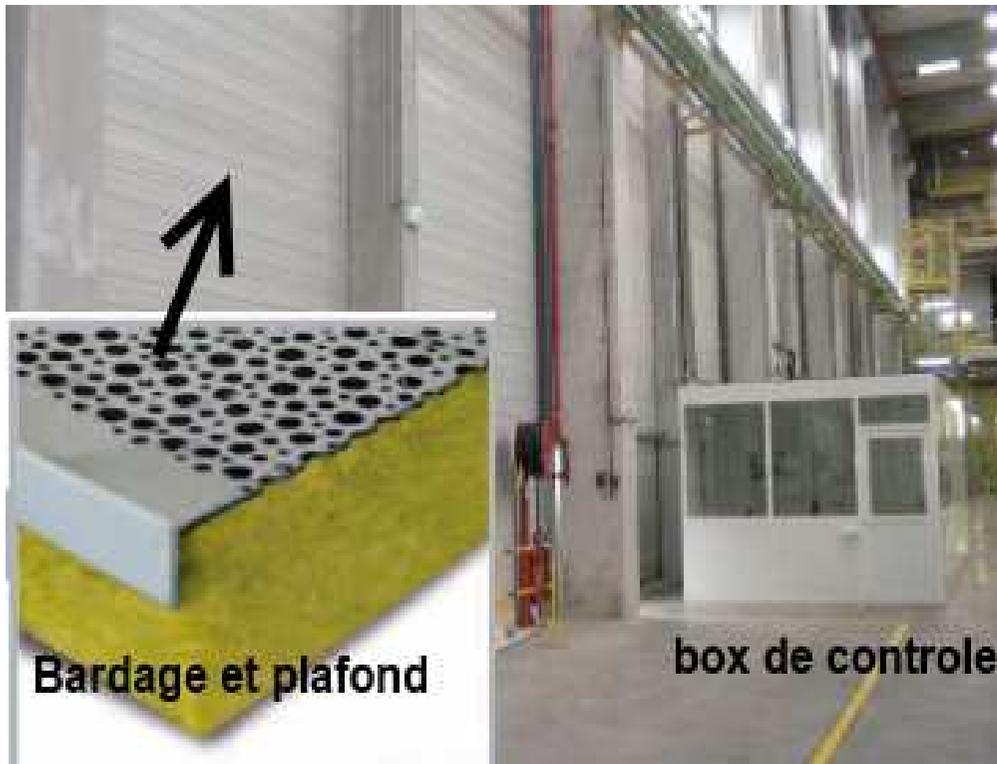
Les règles d'action

agir



Règle 1 : Organiser le travail

Modification de la conception et de l'agencement des lieux et postes de travail



Réduction du nombre de personnes exposées au bruit

- Déplacement d'activités bruyantes dans des secteurs isolés
- Regroupement de postes de contrôle

Règle 1 : Organiser le travail

Modification de la conception et de l'agencement des lieux et postes de travail



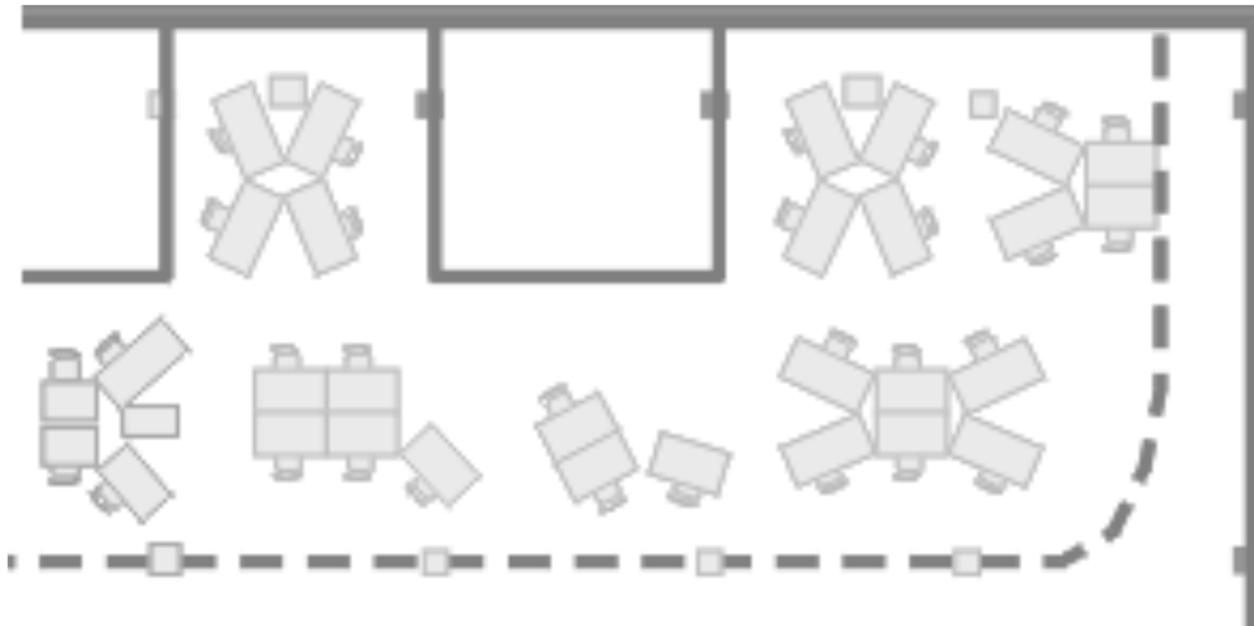
Réduction du nombre de personnes exposées au bruit

- Déplacement d'activités bruyantes dans des secteurs isolés
- Regroupement de postes de contrôle

Le lean management doit tenir compte de la thématique « bruit »

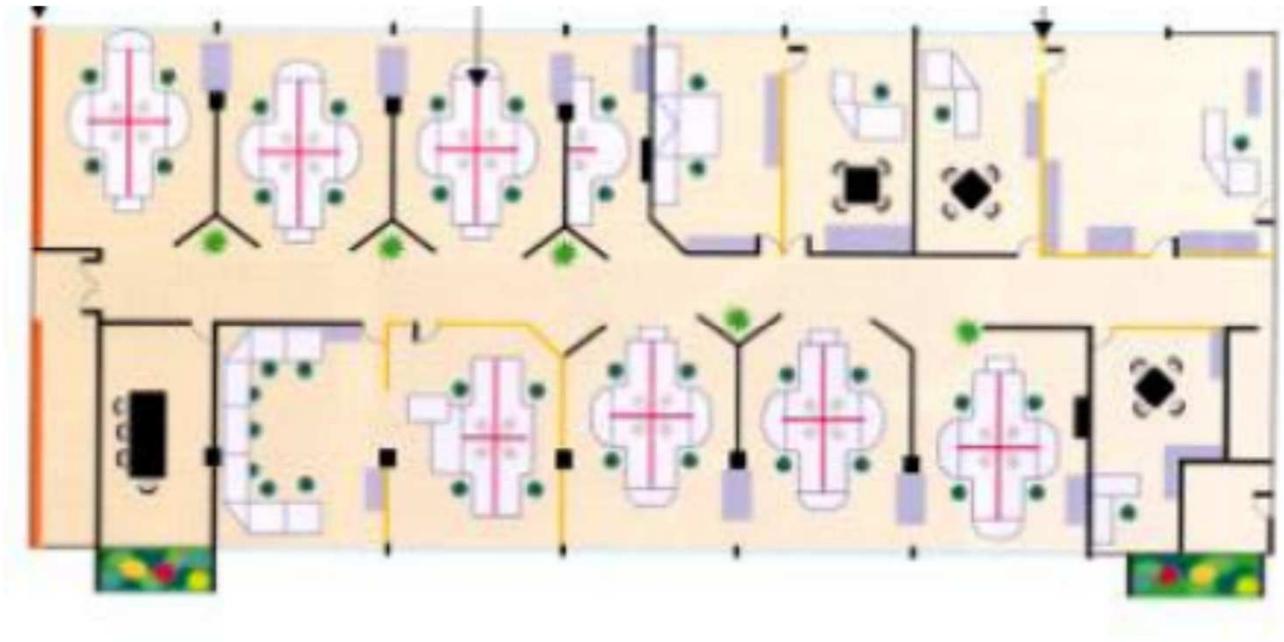
Règle 1 : Organiser le travail

- Centre d'appels téléphoniques (services, assurance téléphonie).
- L'ambiance sonore affecte le travail des opérateurs par un processus « en boucle » : augmentation du volume d'écoute, élévation du niveau des conversations, augmentation du volume d'écoute ...



Règle 1 : Organiser le travail

- Réaménagement complet du local : position des postes, traitement absorbant des parois, mise en place d'écrans entre les opérateurs, mise en place de caches acoustiques sur les radiateurs, sonnerie de téléphone remplacée par un voyant, choix de casques avec régulateurs sonores intégrés, ...



Les solutions au travail

Règle 1 : Organiser le travail

Sources d'énergies bruyantes hors des ateliers ,
idéalement dans un local technique



Les solutions au travail

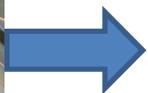
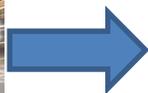
Règle 2 : Acheter silencieux !



Inclure une clause « bruit » dans le cahier des charges d'achat

Les solutions au travail

Règle 3 : Utiliser des procédés diminuant l'exposition



« On a toujours fait comme ça... »

Les solutions au travail

Exemple de gain : Evènement bruyant et bref

Taches	Niveau sonore dB(A)	Durée par jour	Durée relative	Niveau d'exposition quotidien Lex8h
Tournage	85	6h	75%	87,3 83,3
Contrôle	80	2h	24%	
Nettoyage par soufflette silencieuse	105 85	5minutes	1%	



Augmentation de 4 dB(A) pour seulement 5 minutes d'utilisation

Coût d'une soufflette silencieuse : environ 50€

Les solutions au travail

Règle 4 : S'éloigner de la source



Les solutions au travail

Règle 5 : Eviter de cumuler



95 dB(A)...

Les solutions en loisirs

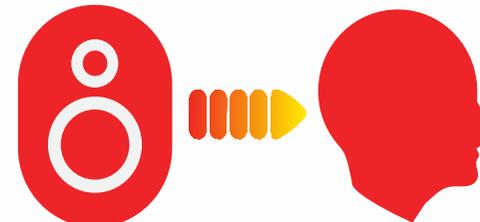
Les **BONS RÉFLEXES** à adopter pour préserver votre audition, si vous travaillez dans un environnement bruyant, que vous soyez public de concerts, de discothèques, utilisateur de baladeur, musiciens.



Contrôlez le volume de votre baladeur



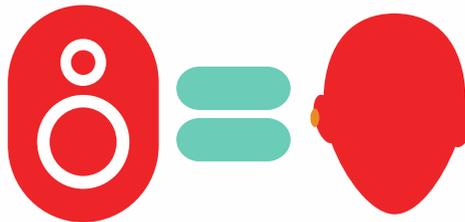
Faites des pauses en discothèque, en concert, en festival



Éloignez-vous des enceintes en discothèque, en concert, en festival



Limitez la durée d'écoute



Pensez aux bouchons en discothèque, en concert, en festival



Attention à l'accumulation
Baladeurs, discothèques, concerts, environnement bruyant

Les solutions en déplacement

Dans le cadre du Mois de la Gestion Sonore, **agi-son** présente la campagne

HEIN?!

**POUR QUE LA MUSIQUE RESTE UN PLAISIR
PRÉSERVONS NOTRE AUDITION**

avant-mardi
Réseau Musiques Actuelles Midi-Pyrénées

inpes
Centre national de l'information et de l'éducation pour la santé

Centre national de l'information et de l'éducation pour la santé

fair FERAROCK FP

LE SON C'EST BON, ET PARFOIS À FOND!

DES SOLUTIONS SIMPLES POUR PRÉSERVER SON AUDITION

- Faites des **pauses** en vous isolant du son
- Éloignez-vous des **enceintes**
- Sensation d'un son agressif, pensez aux **bouchons** !

LES CAS EXTRÊMES

Sifflements ou bourdonnements = **acouphènes**
 Forte douleur au moindre son = **hyperacousie**
 Difficultés à suivre une conversation = **surdité**

À SAVOIR

Fatigue = **Fragilité** de vos oreilles
 Alcool, drogues, médicaments = **Baisse de vigilance**
 Accumulation = Les **doses de son** cumulées peuvent détériorer votre audition

Au moindre de ces symptômes persistant au-delà de 24h, rendez-vous aux urgences ORL. Attention, n'oubliez pas qu'ils peuvent devenir irréversibles sous 48h.

www.agi-son.org

140 dB(A)	Avion au décollage
120 dB(A)	Seuil de douleur 1min Tolérée par semaine
105 dB(A)	Niveau max. des concerts en France 45min Tolérées par semaine
100 dB(A)	Niveau max. des mp3 en Europe 2H Tolérées par semaine
95 dB(A)	Marteau-piqueur
85 dB(A)	Seuil de risque 8H Tolérées par semaine
80 dB(A)	Sonnerie de téléphone
60 dB(A)	TV, conversation

Crédit Mutuel MAIRIE DE TOULOUSE ars avant-mardi

- Des aides financières :
 - AFS (-50 salariés)
 - Contrat de prévention
- www.carsat-mp.fr
rubrique des aides financières
- Document INRS: www.inrs.fr
- Association Avant-Mardi:
www.avant-mardi.fr



The infographic features a vertical blue bar on the left with three circular icons: a red speaker icon, a green circle with 'dB', and an orange circle with a glass and headphones. The main text is in large, bold letters: '>>Aide Financière' in orange and pink, and 'Nuisances sonores +' in green and orange. A small logo for 'L'Assurance Maladie RISQUES PROFESSIONNELS Midi-Pyrénées' is in the top right. A small paragraph of text is at the bottom left, and the slogan 'Prévenir ensemble les risques professionnels' is at the bottom right.

>>Aide Financière
Nuisances sonores +

Cette aide s'intègre dans l'action partenariale pour la prévention du risque Bruit initiée, dans la région Midi-Pyrénées, par l'ensemble des services de santé au Travail, la Direccte, la Mutualité Sociale Agricole et la Carsat Midi-Pyrénées.

Prévenir ensemble les risques professionnels

- Les bureaux d'études Acoustique, les services de santé au travail...

Je rêve d'une maison calme à la campagne

80 dB(A)

**Merci de
votre
attention**

