

DOSSIER DE PRESENTATION

Prévention des risques auditifs liés à l'écoute des musiques amplifiées



Contact :

Marion LAURENT, Mutualité Française Bretagne 02 98 43 52 21, mlaurent@bretagne.mutualite.fr

**Le réseau régional de promotion de la santé de la
Mutualité Française Bretagne**

Les structures de musiques actuelles :
La Carène (29),
MAPL / Le Manège (56), L'Echonova (56)
MJC-Citrouille (22)
Antipode (35)

ANTIPODE
MJC RENNES



LA CARÈNE
SALLE DES MUSIQUES ACTUELLES - BREST



Objet

Présenter les concerts pédagogiques Peace and Love.

Ce projet est engagé par la Mutualité Française Bretagne et les structures de musiques actuelles en Bretagne, représentées par La Carène sur le Finistère, et porte sur la prévention des risques auditifs auprès des jeunes bretons.

Prévention des risques auditifs : entre culture et santé

L'exposition au bruit : un réel problème de santé publique

Une ambiance sonore devient dangereuse pour le système auditif à partir de 85 décibels, alors que la sensation de douleur n'apparaît qu'à 120 décibels, ce qui laisse une vaste zone d'exposition à risque sans que l'organisme ne soit alerté...

De nombreux paramètres entrent en cause pour expliquer les atteintes auditives : durée d'exposition, niveau sonore, type de bruit, lieu... Les problèmes auditifs sont d'autant plus importants à l'heure actuelle qu'ils sont aussi le fait d'une accumulation de nombreux facteurs : professionnels, environnementaux, personnels, liés aux loisirs...

Les conséquences du bruit sur l'organisme sont variées :

- Surdités précoces partielles puis presbycusie avec vieillissement accéléré des organes de l'audition
- Hyperacousie : hypersensibilité au bruit
- Acouphènes : sifflements aigus d'intensité variable, perçus de façon continue ou discontinue
- Diminution de la vigilance et de l'attention
- Augmentation de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle

Les pertes auditives entraînent des difficultés de communication et de ce fait sont souvent source d'isolement et de dépression chez les personnes atteintes. Il n'existe aujourd'hui aucune solution a posteriori. Même si la technologie progresse en matière de correction auditive, la guérison est impossible, l'information et la prévention s'avèrent indispensables.

Chaque type de musique engendre des spectres sonores propres, mais tous à un fort niveau constituent un risque pour l'audition et la santé. Une campagne de mesure relative aux lieux de loisirs bruyants, financée par le Ministère de la Santé en 1994 montre qu'il existe un réel danger pour l'audition dans les concerts (qu'ils soient organisés en salle ou en plein air et quel que soit le type de musique) et pour les discothèques, notamment du fait de sonorisations de forte puissance et très localisées près de la scène.

La prévention : pour que l'écoute de la musique reste un plaisir

Il est d'autant plus difficile d'agir que la musique relève d'un phénomène sociologique et l'écoute à un fort niveau sonore est une véritable mode qui peut conduire à des excès. C'est également un phénomène de santé publique, car des classes d'âge entières sont concernées.

La législation existante, relative à la limitation du volume sonore à 105 décibels dans les lieux de diffusion des musiques actuelles, ne suffit pas dans le sens où elle est peu connue et/ou respectée et, où une grande difficulté réside dans l'application et le contrôle de cette loi (de

par la diversité des lieux de diffusion concernés : par exemple discothèques, festivals de musique organisés par des associations...). Aussi, il est indispensable de pouvoir accompagner au mieux ce décret pour lui assurer une efficacité optimum.

La musique en Bretagne tient une place importante, et doit faire l'objet d'un accompagnement en terme de prévention des risques auditifs (prévention pour soi-même et également vis à vis des autres).

La population jeune est davantage concernée par les risques auditifs. Selon une enquête IPSOS menée dans le cadre de la journée nationale de l'audition en 2001, ce sont les 15-24 ans qui sont davantage exposés aux risques : ils sont 87% à utiliser un baladeur et/ou à fréquenter des discothèques. Enfin, **6% des 15-19 ans et 9% des 20-24 ans ayant fait contrôler leur audition ont pu constater une baisse de leurs capacités auditives.**

Naissance du programme

La genèse de ce projet visait notamment à répondre à l'un des objectifs du **Plan National Santé Environnement 2004-2008** : « protéger les adolescents des risques dus à la musique amplifiée » (action n°28). En cohérence, **l'action « Peace and lobe » bénéficie du soutien institutionnel et financier de l'Agence régionale de santé de Bretagne et est inscrite dans le Plan régional santé environnement 2011-2015.**

Le concept de concert pédagogique sur les risques auditifs est né dans deux salles de concerts à Agen et Poitiers, puis repris au niveau national par le réseau Fédurok (fédération des lieux musicaux). Ce programme a été repris et retravaillé en Pays de la Loire par trois salles de concert (Fuzz'Yon à la Roche-sur-Yon, Olympic à Nantes et VIP/Les escales à Saint-Nazaire) et par les Mutualités de Loire-Atlantique et de Vendée.

Le contenu du concert pédagogique, alliant théorique et musicale, a été validé par un comité d'experts du CNRS.

C'est pour que l'écoute de la musique reste avant tout un plaisir, que les dynamiques partenariales en Ille-et-Vilaine et Côtes d'Armor se sont mises en place dès 2002 autour de cette thématique, en prenant appui sur l'expérience des Pays de la Loire. Ainsi, ces deux départements ont organisé des concerts pédagogiques en 2003 en invitant le groupe de musique nantais « 80 Planet of Trash », formé à cette démarche. Au vu des résultats d'évaluation de cette expérimentation innovante et originale, les promoteurs du projet ont décidé de développer un projet du même type à l'échelle de la Bretagne : c'est à dire la formation d'un groupe de musique breton à l'animation de concerts pédagogiques, l'organisation de concerts pédagogiques et l'accompagnement des établissements scolaires autour de la problématique des risques auditifs liés à la musique amplifiée.

Ainsi, un groupe de musique breton a été sélectionné en 2005 pour créer des concerts pédagogiques, il s'agit du groupe **LUGO**. La formation du groupe s'est déroulée en trois sessions de décembre 2005 à janvier 2006, et a été assurée par un formateur Musicien-Conseil du Florida à Agen, ayant déjà formé des groupes au même concept.

Depuis 2006, plus de 50 000 jeunes ont assisté au concert Peace and Lobe en Bretagne.

Objectifs

Finalité : prévenir les risques auditifs liés à l'écoute et la pratique de la musique chez les jeunes bretons.

Objectifs principaux :

- Développer chez les jeunes une prise de conscience des risques auditifs
- Favoriser une modification des comportements pour aider les jeunes à adopter les bons réflexes et attitudes préventives, et à mieux repérer les signaux d'alarme afin de préserver le plaisir de l'écoute et la pratique de la musique.

Objectifs intermédiaires :

- Proposer une démarche pédagogique, attractive et ludique, intéressant les jeunes
- Mobiliser les établissements scolaires dans le projet, et les aider à relayer l'action au sein de leurs établissements.
- Communiquer sur cette thématique afin de sensibiliser le large public, les jeunes musiciens amateurs et professionnels, les élus et les décideurs.

Les concerts pédagogiques

Le contenu des concerts :

Il s'agit d'une animation dynamique et ludique sur la sensibilisation des risques auditifs, par les musiciens du groupe « LUGO ».

Après un accueil des élèves et de leurs professeurs, le groupe de musique entre en scène, en situation de concert et aborde les sujets suivants :

- L'histoire des musiques amplifiées, en parallèle avec les différents progrès techniques,
- Le son : cheminement du son, paramètres, systèmes d'amplification...
- Le fonctionnement de l'oreille
- Les risques auditifs et la prévention : formes de surdité, attitudes préventives et réflexes à adopter pour une meilleure gestion sonore, dépistages, mesures juridiques.

Pour ce faire, sont utilisés des illustrations graphiques, sonores, vidéos et extraits musicaux.

Partenariat

- **Promoteurs en charge de la coordination** : Mutualité Française Bretagne et les structures de musiques actuelles en Bretagne (La Carène, Run ar Puns, Antipode, Le Manège/MAPL, les Polarités, la Citrouille, MAPL, L'Echonova).
- **Comité de pilotage régional**, en charge du suivi du projet régional dans sa globalité (liste non exhaustive) : structures de musiques actuelles, Mutualité Française Bretagne, Conseil régional, Conseils généraux, URCAM, DRAC, DRASS, DRJS, Rectorat, Préfecture de région, Pôle compétence bruit, Musique et danse en Bretagne et les ADDM, MGEN, ADOSEN, Radiance, municipalités...
- **Partenaires relais associés**, mobilisant et accompagnant le public jeune : établissements scolaires publics et privés, organismes de formation, Centres de Formation des Apprentis, Missions Locales, Structures jeunesse...

Quelques conseils de prévention :

Vous êtes public de concert ou de discothèque :

Tenez compte de votre état de fatigue : vos oreilles sont fragilisées lorsque vous êtes fatigué

Respectez des temps de pause en vous isolant au mieux de la source sonore

Evitez de vous positionner à un endroit où le son est fort

Utilisez des protections auditives

Vous êtes utilisateur de baladeur :

Pensez à contrôler son volume

En diminuant le volume sonore, vous pourrez ainsi écouter plus longtemps en minimisant les risques

Vous êtes musicien, sonorisateur, DJ...

Habituez-vous à gérer votre temps de répétition. Le volume sonore qui arrive aux oreilles d'un batteur, en situation de répétition, est d'environ 105 décibels

Utilisez des protections auditives adaptées réalisées sur mesure par un audioprothésiste, qui atténuent le son sur toutes les fréquences, sans en modifier la qualité.

A l'issue d'une soirée, vous ressentez une perte auditive ou des bourdonnements qui persistent après un temps de repos, consultez un médecin sous 24h00, les lésions peuvent être irréversibles sous 48 heures.

Apprenez à repérer les signaux d'alarme : perte auditive, sifflements, bourdonnements, sensations de surdité ou d'oreilles cotonneuses. Si ces signes se renouvellent trop souvent, ils peuvent aboutir à une surdité, qui sera irréversible.