

Les musicien·ne·s qui pratiquent la musique de façon régulière sont d'autant plus concerné·e·s par les risques auditifs. Une étude réalisée auprès de 400 musicien·ne·s de musiques amplifiées a démontré que 70% d'entre eux·elles souffraient de troubles auditifs¹.

Les niveaux sonores diffusés lors de certains concerts ou des répétitions peuvent présenter un véritable danger pour les oreilles et il est important pour les musicien·ne·s de gérer au mieux leurs temps de répétition. Par exemple, il faut savoir que lorsqu'un·e batteur·euse joue en situation de répétition, le niveau sonore moyen qui lui parvient à l'oreille s'élève à 105 dB. En règle générale, dans un local de répétition mal adapté, il est souvent difficile pour un groupe de musiques amplifiées de jouer en dessous de 100 dB voire de 110 dB.

Cependant, les risques auditifs ne doivent pas être une fatalité. **Préserver une écoute et une pratique de la musique en connaissant les risques et les règles liées à cette pratique est à la portée de tou·te·s.**

Objectifs de l'intervention

Objectif général :

Apprendre à gérer et équilibrer ses volumes sonores pour servir l'artistique et prendre la mesure des risques auxquels nous sommes soumis lors d'écoutes ou de pratiques musicales prolongées et/ou à forts volumes sonores.

Objectifs spécifiques :

- Sensibiliser les musicien·ne·s aux risques auditifs. (Comment fonctionne notre oreille ? Qu'est-ce qui est fragile dans l'oreille ? Quels sont les risques ?)
- Transmettre aux musicien·ne·s les outils nécessaires à la gestion sonore en répétition et en concert.

¹ Source : Prévention des traumatismes sonores des musiques électro-amplifiées, Rapport de recherche CNRS -Ministère de l'Environnement, février 1998 réalisé par messieurs Marc TOUCHE, Maurice AUFFRET, Patrick CUREAU et Jean-François BUCHE).

Contenu :

- **Enjeu de la sensibilisation aux risques auditifs**

- Les risques auditifs, les pathologies
- Le fonctionnement de l'oreille
- La dose de son/dosimétrie

- **Notions fondamentales du son**

- La physique du son : le dB spl | La fréquence : le Hz | Le timbre : le développement harmonique
- La perception : phénomènes psycho acoustiques
- La directivité : angles d'ouvertures et fréquences

- **Les risques auditifs pour les musicien·ne·s**

- Physiologie de l'oreille
- Pathologies de l'oreille liées à de trop fortes expositions
- Notion de dosage de bruit
- Les comportements
- Les enjeux de la gestion sonore

- **La gestion sonore en concert**

- Placement des sources : améliorer la diffusion et l'écoute
- Décomposition du son du groupe : écoute, explication et réglage de chaque instrument
- Reconstruction du son du groupe : mélange des instruments au volume minimum de la musique exprimée