

ENVIRONNEMENT SONORE ET GESTES PRÉVENTIFS

Guide d'animation

DESCRIPTION

À partir des trois affiches créées par l'équipe de Promotion Santé Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy (anciennement IREPS), cette animation vise à sensibiliser votre public sur le sujet des nuisances sonores. Ces affiches se complètent mutuellement et offrent une approche éducative ludique invitant les participants à prendre conscience de leur environnement sonore et à réfléchir aux gestes de prévention qu'ils peuvent adopter dans leur quotidien.

MATÉRIEL

3 affiches, 1 échelle des décibels, 11 pictogrammes, 8 cartes questions

PROFIL DU PUBLIC

À partir de 8 ans

THÉMATIQUE

Nuisances sonores, environnement sonore, gestes de prévention, santé auditive, ouïe, bruit

AUTEUR

Promotion Santé Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy (anciennement IREPS)

UTILISATION

En groupe avec un(e) animateur / animatrice

ENVIRONNEMENT SONORE ET GESTES PRÉVENTIFS

Guide d'animation

À LA FIN DE L'ANIMATION, LES PARTICIPANTS SERONT CAPABLES DE :

- Comprendre la notion élémentaire d'un décibel et le seuil de dangerosité
- Identifier et repérer les différentes sources de pollution sonore
- Définir des solutions contre le bruit
- Reconnaître des bruits du quotidien, localiser un bruit.
- Prendre conscience des bruits environnants et du silence.

CONSEILS D'UTILISATION

Tout au long de son animation, l'animateur ou l'animatrice peut se servir des ressources complémentaires telles que les vidéos, les infographies, les flyers, etc., afin de faciliter la compréhension des participants et de diversifier les activités.

Taille du groupe : Maximum 15 personnes

La durée : Environ 2 heures

Consigne:

Temps 1

Ressources : Affiche 1 : L'environnement sonore / Vidéo Dsybel : Tes oreilles / Dsybel infographie ouïe

- **L'animateur invite les participants à prendre connaissance de l'affiche - 5 minutes**

Une fois que chacun est familiarisé avec cette dernière, l'animateur demande au groupe d'essayer d'identifier les différents sons qu'ils auraient entendus s'ils se trouvaient au sein du paysage dépeint sur l'affiche.

- **Temps de réflexion individuel - 5 minutes**

ENVIRONNEMENT SONORE ET GESTES PRÉVENTIFS

Guide d'animation

- **Mise en commun – 15 minutes**

L'animateur fait un tour de table, et les personnes qui souhaitent intervenir prennent la parole. Les participants sont invités à tenter de reproduire le son de l'élément qu'ils ont identifié. Au fur et à mesure, une liste de sons voit le jour, et les participants prennent conscience des bruits de fond qui peuplent leur environnement sonore.

- **Retour au calme – 5 minutes**

Demander à tous les participants de garder le silence. Une fois qu'il n'y a plus aucun bruit, chacun est invité à fermer les yeux.

- **Ecoute active – 5 minutes**

Après quelques instants, demander aux participants d'écouter attentivement, de repérer et de garder en mémoire un bruit entendu. Ils seront vraisemblablement attentifs à un son différent (un chien qui aboie, une voiture qui passe, quelqu'un qui marche dans le couloir, le bruit de la sonnerie, de l'horloge, etc.).

- **Mise en commun – 15 minutes**

Les uns après les autres, les participants vont nommer un son qu'ils ont entendu au cours du temps d'écoute. À chaque intervention, les participants sont invités à préciser s'il s'agit d'un bruit plaisant ou désagréable pour eux et à justifier leur choix.

- **Jeu de carte – 15 minutes**

Afin de permettre aux participants de prendre conscience de l'importance de l'environnement sonore, l'animateur fait piocher à chacun des participants une carte sur laquelle se trouve une question à laquelle il doit répondre.

Temps 2 :

Ressources : Affiche 2 : Les nuisances sonores / Affiche 3 : Les gestes de prévention au quotidien / [La pollution sonore \(youtube.com\)](#) / [Guide bruit et santé](#) / [Tout savoir sur les risques auditifs](#) / [Plaque info risques auditifs](#) / [Guide bruit et santé](#) / [Echelle décibel](#) / [Spot danger son](#) / [Les décibels](#) / [La pollution sonore \(youtube.com\)](#) / Echelle et pictogrammes

ENVIRONNEMENT SONORE ET GESTES PRÉVENTIFS

Guide d'animation

- **L'échelle des décibels - 20 minutes**

Avant de rendre l'affiche visible, l'animateur distribue les pictogrammes de l'affiche aux participants. Au-delà de 8 participants, l'animateur divise le groupe en deux. Chaque groupe est invité à replacer les pictogrammes dans le bon ordre sur l'échelle en y associant les décibels. Pour cela, ils devront discuter ensemble et argumenter leurs choix pour trouver une réponse commune. Au cours de la mise en commun et de la correction, l'animateur invite les participants à prendre connaissance de l'affiche.

Pour aller plus loin, l'animateur peut demander aux participants de citer, en argumentant leur choix, d'autres types de sons qui pourraient être considérés comme :

- Des bruits légers
- Des bruits courants
- Des bruits pénibles
- Des bruits douloureux

- **Les nuisances sonores - 15 minutes**

Une fois que chacun est familiarisé avec l'affiche, l'animateur demande au groupe d'essayer d'identifier les différents sons qu'ils auraient entendus s'ils se trouvaient au sein du paysage dépeint sur l'affiche (ils ne prennent pas en compte les pictogrammes de l'échelle). Les participants sont invités à indiquer quel bruit leur est le plus désagréable au quotidien parmi ceux représentés sur l'affiche.

- **Les bons gestes 15 minutes**

Sur l'affiche 2 les participants doivent tenter d'identifier le personnage qui adopte un bon geste préventif et expliquer de quoi il s'agit et pourquoi c'est une bonne idée.

Pour aller plus loin, l'animateur pose la question suivante aux participants : « *Pour réduire les risques sur sa santé, quels autres gestes pouvons-nous adopter contre le bruit ?* » L'animateur note les différentes réponses au tableau, et invite les participants à réfléchir aux risques qu'ils sont amenés à rencontrer dans leur quotidien. Le groupe définit ensemble des actions qu'ils peuvent mettre en place pour réduire ces risques et réalise une charte des bonnes idées pour prendre soin de sa santé auditive.

ENVIRONNEMENT SONORE ET GESTES PRÉVENTIFS

Guide d'animation

- **Prévention et bonnes pratiques – 15 minutes**

En s'appuyant sur la troisième affiche, des vidéos, des supports d'informations du dossier et l'animateur propose une perspective plus approfondie sur le son, l'ouïe, le fonctionnement des oreilles, la santé auditive et les bons gestes à adopter au quotidien pour protéger ses oreilles.

[La pollution sonore \(youtube.com\)](#)

[Vidéo Dsybel : Tes oreilles](#)

[Dsybel infographie ouïe](#)

[Prévention des risques auditifs liés au bruit](#)

[Le bruit peut nuire à la santé : durant le carnaval protégeons nos oreilles](#)

[Guide bruit et santé](#)

[Tout savoir sur les risques auditifs](#)

[Plaquette info risques auditifs](#)

[Guide bruit et santé](#)

[Echelle décibel](#)

[Spot danger son](#)

[Les décibels](#)