

Festivals et sons : profiter sans saturer !

Vacances, soleil et plaisirs divers. Vous connaissez la musique... Une aubaine s'il vous chante de sortir l'attirail pour partir à l'assaut des festivals, concerts et autres jouissances estivales. Des grands classiques en passant par les machines infernales jusqu'aux plus conviviaux et diversifiés, découvrez les bons plans via quelques clics. Cependant, attention aux claques car la chute peut s'avérer lourde de conséquences. Une gueule de bois ? Non, pas de leçons à donner de ce côté là...chacun assume, puis on s'en retape. Par contre, pour nos tympanes il s'agit d'un refrain irréversible.

Si la musique adoucit les mœurs, paradoxalement elle peut aussi nous casser les oreilles. Pour tous les goûts et à toutes les sauces, ah ça oui ! A tous les niveaux sonores, pas si sûr ! Et ça, c'est pas nous qui le balançons. Paroles de victimes de la déferlante sonore : les heureux propriétaires d'acouphènes (sifflements et bourdonnements internes perçus sans source apparente), d'hyperacousie (augmentation de la perception des sons), d'hypoacousie (l'inverse) ou encore de surdité brusque. Pas convaincu ? Les acousticiens vous chuchoteront que si vous faites partie d'un groupe de 100 personnes exposées durant une minute à 110 décibels, vous avez plus d'une chance sur dix de vous détruire une partie des cils chargés de transmettre les informations au cerveau. Irréversible ! Cool quand on sait à titre indicatif que cela équivaut au bruit d'une alarme et à peu de choses près, celui d'une discothèque ou d'un concert amplifié ! Un baladeur à fort volume ? Pas loin de 100 dB. Une conversation normale : 40. Le départ d'un avion, c'est 140, tandis que le lancement d'une fusée équivaut à 180. Le seuil de douleur est évalué à 120. Problème nous direz-vous. D'abord, car on ne perçoit pas directement l'excès. Ensuite, car notre oreille peut commencer à subir des dommages entre 80 et 90 dB, à raison d'expositions longues et fréquentes (voix criée ou niveau d'une cantine scolaire blindée) ! Bien entendu, la musique n'en est pas la seule cause. Le monde actuel est de plus en plus étouffé par la pollution sonore, à la fois symbole et désavantage de notre élan technologique. Bref, les troubles sont en nette augmentation. Pas convaincu ? Une étude réalisée auprès de 6000 jeunes de 17 ans en France a conclu que plus d'un quart d'entre eux présentaient des problèmes reconnus comme graves.

Oui mais que pouvons-nous faire alors que les normes théoriques en vigueur sont loin d'être respectées ? Interpeller un organisateur ? Ok, on connaît les limites de notre emprise. Ce faisant, essayez toujours à plusieurs, la solidarité ça paie. Faire le flic à tous les coins de scène avec son sonomètre ? Oui, c'est cela... La répression, on voit ce que ça donne à tous les coins de rue. Alors, anticipez comme vous pouvez :

- Bouchons et protections auditives (pas très sexy mais drôlement efficace !)
- Petites pauses isolées à raison d'une dizaine de minutes tous les quart d'heure (sexy c'est encore mieux...et protégées s'il vous plaît !)
- Restez à distance des baffles (en plus, ça évite les écrasements style drame du Heysel !)
- Tenez compte de votre état général. Les oreilles sont fragilisées si vous êtes fatigué
- Musicien ? Habituez-vous à gérer les temps de répétition et surtout, prenez le temps d'adapter votre local.

Bon ! Si avec ça, votre côté maso persiste et que vous entendez des bourdonnements et sifflements, consultez de suite un ORL. Si la perte d'audition est partielle ou totale, adressez-vous directement aux urgences. Un traitement rapide peut vous éviter des troubles irréversibles. Autrement dit : ça rend sourd, y'a pas d'âge...mais mieux vaut éviter les ennuis précoces !

Quand le chat est parti, les souris cliquent

- **Quality Nights : le label de la fête...et de la santé !**

<http://www.qualitynights.be>

Vous y trouverez entre autre la brochure d'information « **Décibels – protégez vos oreilles** » en PDF. **Le label lance un concours** adressé à tous ceux qui aiment faire la fête et se rassembler sous divers genres musicaux. Seuls ou en groupe, via une création (vidéo, animation visuelle ou radio) il s'agit de s'approprier des messages de promotion de la santé ou de réduction des risques, avec la volonté d'interpeller le public sur ces messages en gardant le côté positif et sexy de la fête. Vous trouverez toutes les infos et modalités sur leur site.

- **Festival et bénévolat**

On en profite pour attirer votre attention sur les appels aux bénévoles lancés par les organisateurs. Intéressés ? En fouillant les différents sites des festivals, vous trouverez toutes les infos et les démarches à entreprendre. Il reste des places mais ne perdez pas de temps. A chaque événement sa propre démarche et ses conditions. Une chose est sûre : les plus huppés ne vous considèrent pas nécessairement à votre juste valeur!

- **Les festivals en Belgique**

<http://www.festivals.be/>

- **Les festivals d'été**

<http://www.lalibre.be/culture/selection-culturelle/article/497817/l-agenda-des-festivals-d-ete-2009.html>

- **Les festivals modestes**

<http://www.lalibre.be/culture/selection-culturelle/article/497815/l-agenda-des-petits-festivals-d-ete-2009.html?gclid=CM-0r6X9ypoCFR1N5QodBFCZ2g>

- **Les fêtes de la musique**

<http://www.fetedelamusique.be/>

- **Province de Luxembourg**

<http://www.ftlb.be/fr/agenda/evenement/liste.php?evocat=33>

- **Province de Namur**

http://www.ftpn.be/xml/liste_fede_fr.html?MODE=JSP&LISTE=manif&POSG=8&IDC=348&nom=&localite=&vallee=000&jour=&mois=&annee=&jour_debut=&mois_debut=&annee_debut=&jour_fin=&mois_fin=&annee_fin=&categories=2842&categories=2852&submit=Go

- **Province de Namur – jeune public**

http://www.ftpn.be/xml/liste_fede_fr.html?MODE=JSP&LISTE=manif&POSG=8&IDC=348&nom=&localite=&vallee=000&jour=&mois=&annee=&jour_debut=&mois_debut=&annee_debut=&jour_fin=&mois_fin=&annee_fin=&categories=23755&submit=Go