

Nos écoles plus bruyantes qu'DES AVIONS DE CHASSE

▶ Les niveaux sonores enregistrés dans les écoles dépassent généralement le seuil que peuvent supporter les oreilles.

▶ Un groupe d'enfants qui suit un cours de sport peut faire autant de bruit qu'un avion de chasse qui décolle. C'est l'observation étonnante réalisée par le groupe IDEWE dans le cadre d'une enquête sur le bruit à l'école. L'étude, réalisée dans huit écoles du Brabant flamand, montre que les niveaux sonores enregistrés dans les écoles sont trop élevés.

En classe, le niveau sonore variait entre 71 et 89 décibels (A). Dans la cour de récréation, le seuil nuisible de 85 dB (A) a été largement dépassé, avec un niveau sonore compris entre 89 et 95 dB (A). À titre de comparaison, 85 dB (A) représentent le bruit d'une radio au volume

élevé ou d'un trafic dense. Il s'agit également de la moyenne d'exposition journalière au-delà de laquelle la loi oblige le port de protections auditives.

Dans la salle de sport, le niveau sonore oscillait autour des 85 dB (A). Le pic maximum mesuré a été de 127 dB (A), ce qui correspond au bruit d'un avion de chasse en cours de décollage. Le niveau sonore mesuré pendant les tâches journalières habituelles dépassait également les 85 dB (A).

Les élèves et les enseignants sont donc confrontés quotidiennement à des niveaux sonores qui risquent d'endommager leur santé (voir encadré)

PLUS DE 40 % des enseignants interrogés ont indiqué avoir occasionnellement voire souvent le sentiment de ne pas entendre correctement ou d'éprouver des difficultés à suivre des conversations dans un environnement bruyant. D'autres études ont également révélé que 40 à 60 % des enseignants déve-

loppaient des problèmes vocaux, notamment en voulant supplanter le bruit pour se faire comprendre.

Les élèves, eux, se plaignent de fatigue auditive et peinent à se concentrer. *"Les oreilles des élèves sont sollicitées en permanence. La plupart d'entre eux rentrent chez eux avec une fatigue importante liée au bruit et certains ne veulent pas aller en cour de récréation à cause de ça. Les infrastructures des écoles sont souvent vétustes et les classes trop petites pour le nombre d'élèves qui s'y trouvent. On peut aussi parler de la situation des réfectoires qui est souvent très difficile. On constate que le bruit dans le réfectoire empêche d'apprécier la pause de midi pour ce qu'elle devrait être, c'est-à-dire un instant de détente. Le bruit a aussi un impact négatif sur la bonne digestion, on parle alors d'une véritable pollution sonore"*, explique la Fapeo (Fédération des associations de parents de l'enseignement officiel).

Maïli Bernaerts

La Région bruxelloise s'attaque à la pollution sonore

La question de la pollution sonore est devenue un sujet de préoccupation à part entière dans la capitale. Ainsi, des études montrent que les niveaux sonores enregistrés à Bruxelles sont beaucoup trop élevés. Une cartographie des nuisances sonores prouve que la superposition du trafic routier, des avions et des trains expose d'importantes parties de la Région bruxelloise à un bruit important. Pendant la journée, 431 000 personnes (36 % de la population) sont exposées à des niveaux

considérés comme très bruyants (de 65 à plus de 75 dB (A)). Et de nuit, 103 800 personnes sont encore touchées par des niveaux de bruit trop importants.

Selon une enquête menée en 2017, près de la moitié des Bruxellois ressentent les effets négatifs du bruit sur leur santé. Dans 68 % des cas, ils se manifestent par des troubles du sommeil. Pour l'année 2016, en Région bruxelloise, le bruit a induit une perte de plus de 10 000 années de vie en bonne santé due à une

perturbation du sommeil et 84 % de ces perturbations sont causées par le trafic routier. Cela correspond en moyenne à une perte de huit mois de vie en bonne santé pour les Bruxellois.

Pour lutter contre ce fléau, la ministre bruxelloise de l'Environnement, Céline Frémault, a présenté un plan bruit au début du mois de septembre. Ce plan prévoit notamment de diminuer le bruit des transports et de créer des zones calmes dans la ville.

Ma. Be.

Surdité, stress et agitation: LES EFFETS SONT BIEN RÉELS

▣ L'exposition au bruit engendre de nombreux problèmes de santé.

► L'excès de bruit peut avoir de graves répercussions sur la santé. Selon la durée et le degré d'exposition, le bruit s'attaque à nos oreilles en provoquant de la fatigue auditive, des acouphènes voire une perte d'audition permanente et totale. Mais les effets néfastes du bruit ne s'arrêtent pas à nos oreilles.

Outre les conséquences sur l'audition, le bruit cause du stress et de la fatigue. Il peut engendrer des maux de tête, perturber le sommeil et constituer un facteur aggravant pour des maladies comme la dépression ou des troubles cardio-vasculaires, respiratoires ou digestifs.

C'est pourquoi il est important, entre autres, d'être attentif au niveau sonore d'un réfectoire afin de favoriser la digestion et le bien-être de ses occupants, met en garde l'association Empreintes, qui est à l'origine du site www.bruitalecole.be.

DE PLUS, L'EXCÈS DE BRUIT peut induire une série de comportements négatifs comme de l'agressivité, de l'irritabilité, de l'agitation motrice, de l'excitation ou des difficultés pour se concentrer.

Rien d'étonnant à ce que le bruit soit un frein à l'apprentissage. Une étude a montré

qu'une phrase de 27 mots devient incompréhensible dès que cinq mots sont mal compris ou mal entendus. Un niveau sonore trop élevé entraîne des difficultés de communication et de compréhension des consignes, des troubles de l'apprentissage de la lecture et un obstacle à la résolution de tâches complexes.

Enfin, les enseignants exposés à des niveaux sonores trop importants risquent d'être touchés par la dysphonie, qui est une détérioration du timbre de la voix caus e à cause d'une altération des cordes vocales. En d'autres mots, lorsque l'acoustique d'une classe est mauvaise et que l'enseignant hausse la voix systématiquement, il s'abîme les cordes vocales.

Ma. Be.

"J'ai peur de devenir sourde AVANT MES 50 ANS"

▣ Les enseignants sont confrontés quotidiennement à des niveaux sonores problématiques.

► Travailler toute la journée dans le bruit, tel est le quotidien de tous les enseignants. Carole De Wit, institutrice primaire dans une  cole bruxelloise, s'inquiète pour la santé de ses oreilles.

" tre dans le bruit toute la journée, c'est vraiment fatigant. En début de carrière, j'étais toujours épuisée quand je rentrais chez moi. Déjà avec un seul enfant à la maison, ce n'est pas vraiment reposant mais imaginez un peu ce que  a fait de passer la journée dans une classe de vingt-cinq élèves! J'ai aussi peur des répercussions à long terme sur mes capacités auditives. Ma

grand-mère est devenue sourde à cinquante ans et je n'ai pas envie que  a m'arrive aussi. Elle était institutrice et elle a d  changer de métier. J'ai des collègues qui portent des bouchons en classe pour protéger leurs oreilles du bruit."

MAIS CES DERNIÈRES années, grâce à différentes astuces, elle a réussi à diminuer considérablement le niveau sonore dans sa classe.

"J'ai placé des balles de ten-

nis sur les pieds de toutes les chaises de la classe, afin de limiter le bruit causé par les pieds qui grincent sur le sol. Et j'ai crée un coin calme dans ma classe avec des coussins. J'organise aussi des séances de massage pour aider les élèves à être plus calmes et détendus et je mets des casques antibruit à leur disposition quand

ils font des exercices seuls.

On a également utilisé l'astuce des balles de tennis dans le réfectoire et on a réussi à obtenir des subsides pour remplacer la sonnerie qui marque le début et la fin de la récréation par un système qui diffuse de la musique. Je constate que grâce à ces techniques, les élèves se sentent beaucoup mieux. Ils sont les premiers à dire que le calme leur fait du bien."

Ma. Be.

"Des collègues portent des bouchons pour donner cours."