

Magazine trimestriel
santé au travail
du Groupe EDF
n° 168 - décembre 2010

VIGILANCE



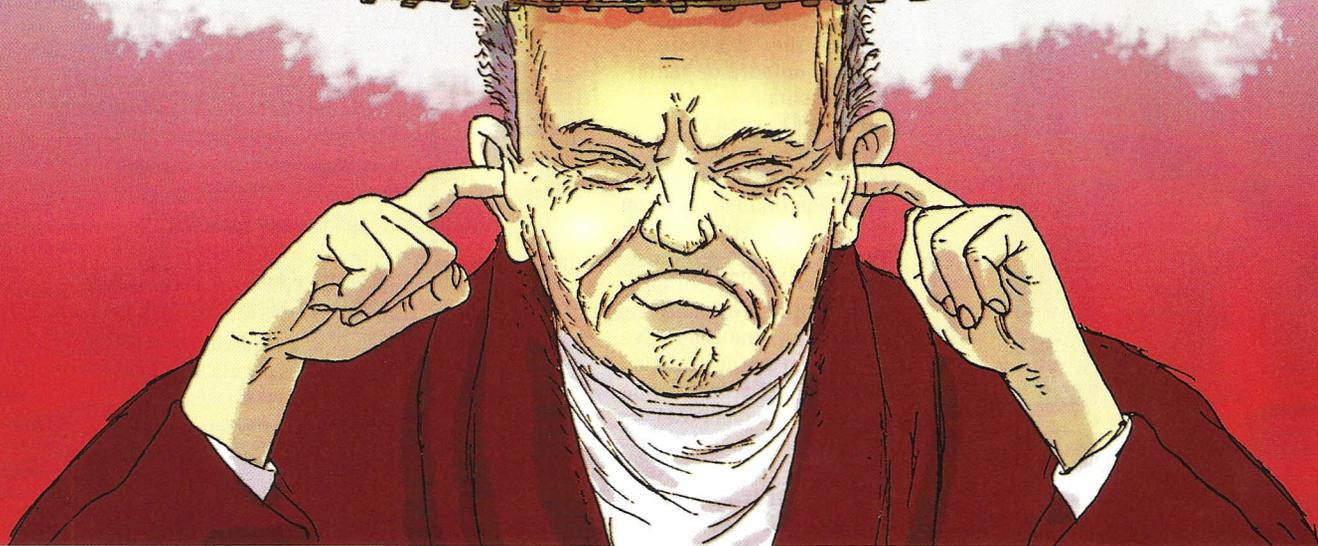
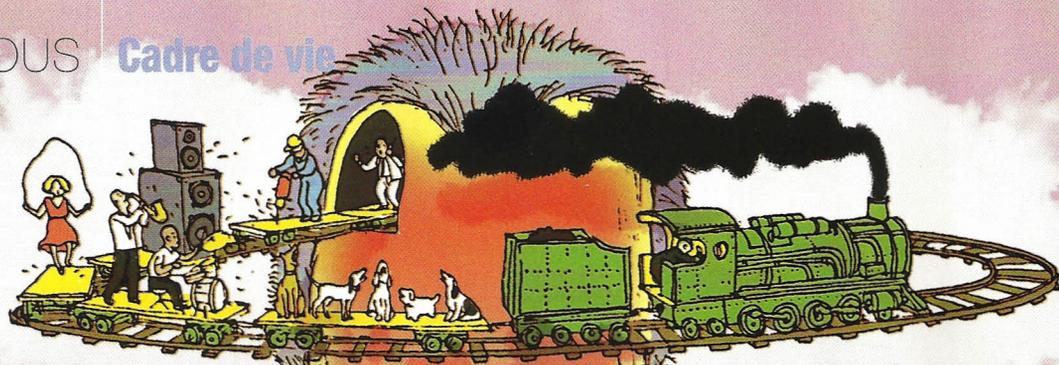
BD
page 19

Prise de risque

C'est pro > page 8
Ponticelli,
la sécurité par le haut

Santé et travail > page 12
URE Sillon Rhodanien,
drôle de valse à Vienne

Cadre de vie > page 32
Le bruit,
cet ennemi quotidien



Le bruit, cet ennemi quotidien

Chien qui aboie jour et nuit, musique trop forte, portes qui claquent... Les bruits de voisinage liés au comportement peuvent souvent virer au cauchemar. Comment faire quand la maison devient source d'angoisses et de stress ?

Deux tiers des Français avouent être dérangés par des nuisances sonores à leur domicile. Si une politique nationale est menée contre les troubles sonores liés aux transports, les bruits liés à la vie quotidienne - cris d'animaux, musique trop forte, bricolage, jeux bruyants...- eux, relèvent de la bonne volonté et de l'éducation de chacun. "Les bruits constants qui nous entourent dans la rue, au travail, favorisent un stress latent, de la fatigue et une irritabilité", témoigne le Dr Marie-José Surel, médecin du travail. Normalement, la maison est un refuge : on doit pouvoir s'y ressourcer. Les nuisances sonores sont une réelle violence : symboliquement, c'est comme si le voisin violait notre intimité." Le bruit est un problème compliqué : les seuils d'acceptation diffèrent d'un individu à l'autre. Cependant, les bruits de voisinage sont réglementés par le Code de la santé publique. Ainsi, aucun bruit ne doit,

Tapage

Halte aux idées reçues ! Le bruit n'est en aucun cas "autorisé" jusqu'à 22 h. Le tapage diurne est répréhensible au même titre que le tapage nocturne. Et l'amende encourue est la même.

par sa durée, sa répétition ou son intensité, porter atteinte à la tranquillité du voisinage ou à la santé de l'homme.

Favoriser le dialogue

Anne Lahaye a souffert de ce type de nuisances avant de rejoindre l'Association anti-bruit du voisinage (AABV), dont elle est devenue la présidente. "Les gens qui font appel à nous ne savent plus vers qui se tourner et comment s'en sortir. Ils sont épuisés physiquement et psychologiquement, en manque de sommeil, certains ont des palpitations rien qu'en pensant à leur maison. Notre rôle est de les conseiller, de les aider à structurer leurs démarches mais aussi de calmer le jeu en cherchant d'abord des solutions amiables". Après des mois à subir des nuisances sonores, beaucoup de victimes développent nombres de pathologies : maux de tête, hypertension, tachycardie, crises d'asthme, troubles hormonaux, angoisses, dépression... Elles peuvent devenir irritables et la situation

peut s'envenimer. Pour maîtresse Sonia Chaussée, avocate à Toulon, "la priorité est d'encourager une solution amiable." Sans brûler les étapes, commencez par une médiation : allez voir le voisin bruyant, envoyez-lui une lettre simple, puis, s'il ne comprend toujours pas, une lettre recommandée et réunissez des preuves (témoignages, certificat médical). "Vous pouvez également demander l'aide d'un conciliateur (en mairie ou au tribunal d'instance). Mais celui-ci n'a aucun pouvoir contraignant."

Les voies de recours

La lutte contre les bruits de voisinage et de comportement est placée sous l'autorité du maire. "Policiers, gendarmes et huissiers, sont habilités à intervenir, souligne maîtresse Chaussée. Le témoignage d'un autre voisin ou d'un membre de la famille est également acceptable. Sachez qu'il n'est pas nécessaire de procéder à des mesures acoustiques dans bien des cas." En procédure pénale, le tribunal de police peut infliger une amende au fauteur de trouble. La procédure civile permet d'obtenir le versement de dommages-intérêts. "Mais, dans la pratique, il s'avère difficile de se faire entendre des autorités et d'obtenir gain de cause, modère le Dr Surel. Pourtant, le bruit subi à la maison est un traumatisme quotidien qui a un coût social et familial. Pour le combattre, il est nécessaire de mener à tous les niveaux (pouvoirs publics, associations, particuliers) un travail pédagogique, d'information et d'éducation à la vie en communauté". ■

450

■ C'est le montant maximal, en euros, d'une amende pour nuisances sonores (art. R623-2 du Code Pénal). En outre, "les agressions sonores en vue de troubler la tranquillité d'autrui sont punies d'un an d'emprisonnement et de 15 000 euros d'amende." (art. 222-16 du Code pénal)



DR
Ariane Bilheran*
Psychologue
clinicienne,
docteure en
psychopathologie
à Marseille

POINT DE VUE DE L'EXPERT

Quels sont les méfaits du bruit sur notre psychisme ?

“ Le volume, l'intensité, la répétition de bruits créent parfois des microtraumatismes et engendrent des situations de stress : sollicité de manière excessive et durable, notre psychisme n'a d'autre solution que de puiser dans ses ressources internes pour essayer de maintenir son équilibre. Il va ainsi s'affaiblir, se fragiliser. Angoisses, insomnies, appréhensions apparaissent. Lorsque notre seuil de saturation est dépassé, la tension est telle qu'on risque de la décharger sur autrui : c'est ainsi que des personnes, pourtant calmes en temps normal, "pètent littéralement les plombs" et passent à l'acte en ayant recours à la violence physique. Le bruit est une attaque. La victime peut réagir par réflexe de survie : agressée par son environnement, elle agresse en retour. L'autre réaction possible est la dépression : la victime de nuisances va se refermer sur elle-même (fatigue, perte de volonté...) et développer un syndrome dépressif. ”

*Ariane Bilheran est l'auteur du livre Tous des harcelés ? aux éditions Armand Colin.

POUR EN SAVOIR +

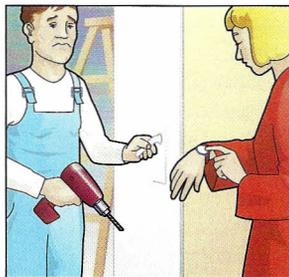
• www.bruit.fr
• www.aabv.fr

Savoir vivre



Chez vous

Chez vous, troquez vos chaussures contre des chaussons, évitez les portes qui claquent ou qui grincent, réglez modérément le niveau sonore de votre télé, chaîne HiFi et radio. Posez des patins autocollants sous les pieds de chaises et de meubles.



Bricolage

Les travaux de bricolage ou de jardinage sont soumis à arrêté municipal. Renseignez-vous sur les horaires auxquels vous pouvez utiliser les outils bruyants (tondeuses à gazon, perceuse).



Animaux domestiques

Les cris d'animaux peuvent être gênants. Assurez-vous que votre chien n'aboie pas en votre absence. Si besoin mettez-lui un collier anti-aboiement et faites lui suivre un stage d'éducation canine, possible aussi à domicile.



Fêtes et travaux

Travaux importants, grande fête de famille... pensez à prévenir vos voisins, ils seront contents d'être informés et de savoir que la gêne ne durera pas longtemps. Mieux encore, invitez-les... Et souvenez-vous : le "droit" à faire la fête une fois par semaine ou par mois est un mythe !