



**PENSEZ
A LEURS
OREILLES**



PENSEZ AUX CASQUES POUR LES ENFANTS (et aux bouchons pour vous !)

- Éloignez-les des enceintes
- Faites des pauses en vous isolant du son (10 minutes toutes les heures)
- Attention à l'accumulation : Fatigue, longue durée d'écoute...

LES CAS EXTRÊMES :

- Sifflements ou bourdonnements : **ACOUPHÈNES**
- Forte douleur au moindre son : **HYPERACOUSIE**
- Difficultés à suivre une conversation : **SURDITÉ**

Si vous ou votre enfant ressentez ces symptômes 24 heures après une exposition au bruit, rendez-vous aux urgences ORL.

Les lésions peuvent devenir irréversibles sous 48h.



ne pas jeter sur la voie publique