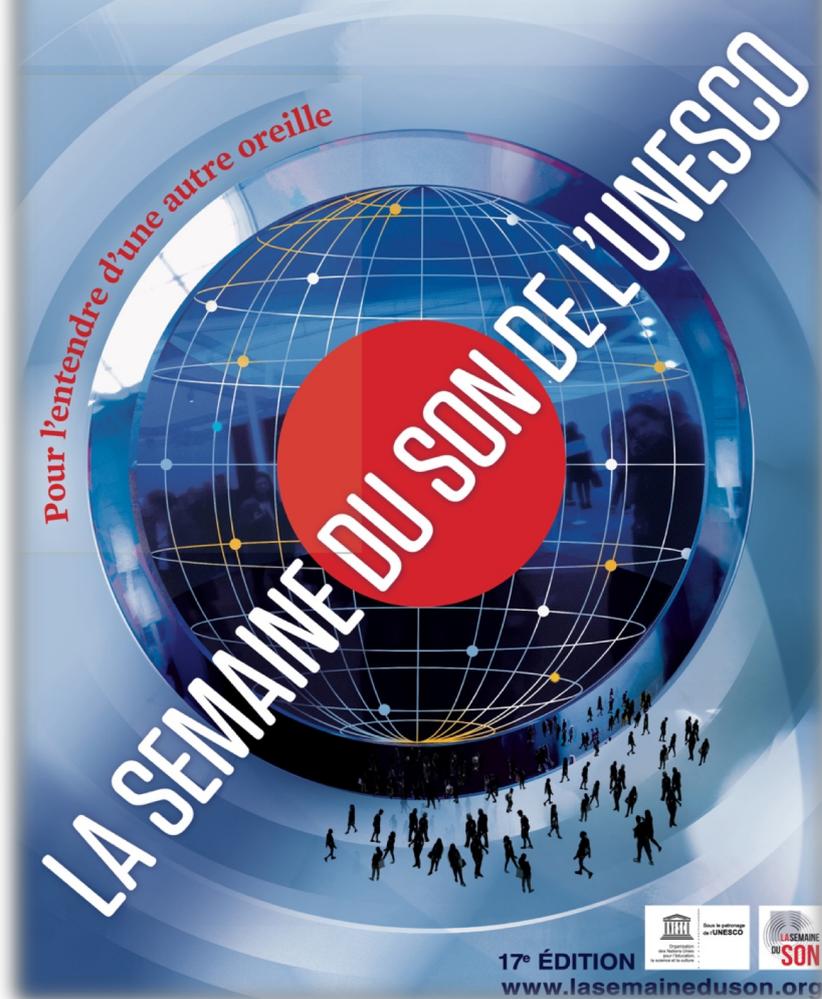


DU 20 JANVIER AU 2 FÉVRIER 2020 PARTOUT EN FRANCE



# RAPPORT D'ACTIVITE

## SEMAINE DU SON DE L'UNESCO 2020 Nice

DU 20 JANVIER AU 2 FÉVRIER 2020 PARTOUT EN FRANCE

Pour l'entendre d'une autre oreille

LA SEMAINE DU SON DE L'UNESCO



Sous le patronage  
de l'UNESCO



17<sup>e</sup> ÉDITION

[www.lasemaineduson.org](http://www.lasemaineduson.org)



VILLE DE NICE



UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR



Fondation Lénval  
Hôpitaux Pédiatriques  
de Nice - CHU-LENVAL



UNIVERSITÉ  
CÔTE D'AZUR

UNIVERSITÉ CÔTE D'AZUR



CONSERVATOIRE  
DE NICE  
MUSIQUE - DANSE - THÉÂTRE



CIRM



ALAIN AFFLELOU  
Acousticien



OPÉRA  
Nice Côte d'Azur

VILLE DE NICE



Musées nationaux  
Chagall  
du XX<sup>e</sup> siècle  
FLEGER  
des Alpes-Maritimes  
Picasso



Élémer • Équité • Excellence  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Organisation  
des Nations Unies  
pour l'éducation,  
la science et la culture

Sous le patronage  
de l'UNESCO

## I. Contexte général

Fondée en décembre 1998 par **Christian Hugonnet**, ingénieur acousticien et expert près les Tribunaux, l'association La Semaine du Son (loi 1901) a pour but d'initier le public et de sensibiliser tous les acteurs de la société à l'importance de la qualité de notre environnement sonore.

Depuis 2004, elle organise chaque année, en janvier, **une semaine de manifestations sur cinq thèmes liés au son selon une approche transversale : santé (auditive), acoustique et environnement sonore, techniques d'enregistrement et de reproduction, relation image et son, expression musicale et pédagogie**. Elle constitue un réseau national et international de professionnels de tous les secteurs du son, et favorise la vulgarisation de ce savoir jusque dans les écoles.

En 2006, La Semaine du Son a reçu un **Décibel d'Or** décerné par le Conseil national du bruit, instance de consultation placée sous le patronage du Ministère de l'Écologie et du Développement. La manifestation La Semaine du Son fait ses débuts en région (8 villes).

En 2009, l'association La Semaine du Son est **reconnue d'intérêt général à caractère social**. L'adoption de nouveaux statuts par son assemblée générale lui permet d'accueillir des membres, membres associés, membres bienfaiteurs et membres de droit.

**Le 30 janvier 2012, est signée** une convention cadre entre le Ministère de l'éducation nationale (DGESCO), le directeur général du CNDP et l'association La Semaine du Son.

Le 19 février 2013, à l'initiative de l'association La Semaine du Son avec le concours d'André Staut, cofondateur de plusieurs clubs parlementaires, est lancé le **Club Parlementaire Son & Société**, présidé par Christophe Bouillon, député de Seine-Maritime, auteur du rapport parlementaire sur les nuisances sonores. Mardi 20 octobre 2013, il s'est réuni sur le thème de la santé auditive.

Par arrêté du ministre de l'éducation nationale, en date du 30 décembre 2013, l'association La Semaine du Son, qui apporte son concours à l'enseignement public, est **agrée pour une durée de cinq ans** (Bulletin Officiel n°3, 19 janvier 2014).

L'association rassemble plus de deux cents membres actifs, personnes physiques et morales : universités, institutions, associations, villes, médiathèques, enseignants, professionnels et entreprises des secteurs du son, et passionnés de son.

Elle a adopté en assemblée générale, le 3 juin 2014, la **Charte de La Semaine du Son** précisant les objectifs à atteindre dans les cinq domaines du son et les bonnes pratiques à mettre en œuvre. Elle a été présentée **lundi 18 janvier 2016 à l'UNESCO**, en présence de la Directrice générale, Irina Bokova, des ambassadeurs de France et du Liban, et de Dr Shelly Chadha, responsable du Programme de prévention de la surdité et de la déficience auditive à l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Désormais un projet de résolution approuvé au Conseil Exécutif de l'UNESCO le 5 mai 2017, il a été **adopté mardi 31 octobre 2017** à la Conférence générale de l'UNESCO, avant son adoption prochaine par l'Organisation des Nations Unies.

**La résolution 39C/49 est consultable et téléchargeable en 6 langues sur [www.lasemaineduson.org](http://www.lasemaineduson.org)**

En mai 2017, La Semaine du Son a initié le **Prix de la Meilleure Création Sonore**, dans le cadre de la sélection officielle « Un Certain Regard » en accord avec le **Festival de Cannes**. Ce prix, créé avec le

soutien du cinéaste Costa-Gavras et en partenariat avec Audiens, le CMB et L-Acoustics, récompense un réalisateur pour l'excellence sonore de son film, «*parce qu'elle sublime la perception artistique, sémantique et narrative du spectateur* ». Ont été les lauréats de ce Prix : la réalisatrice **Kaouther Ben Hania** pour son film «*La Belle et la meute* » (mai 2017) ; le réalisateur danois **Ali Abbasi** pour son film «*Gräns* » (mai 2018).

## II. Le comité local d'organisation

L'édition 2020 de la semaine du son de l'Unesco a été proposée et préparée par :

- **Nelly DARMON**, neuropsychologue dans le service de Psychiatrie de l'adulte du CHU de Nice
- **Julia ELBAUM**, médecin, psychiatre au Centre Mémoire de Ressources et de Recherche (CMRR) du CHU de Nice
- **Nicolas CAPET**, médecin, neurologue dans le service de Neurologie du CHU de Nice
- **Renaud DAVID**, médecin, psychiatre au Centre Mémoire de Ressources et de Recherche (CMRR) du CHU de Nice



### III. Programme édition Nice 2020

## Programme

#### MERCREDI 22 JANVIER

Conférence : A la recherche de la beauté du son à travers le chant

Melcha CODER  
18h-19h30 // Foyer de l'Opéra de Nice  
Entrée gratuite

Concert « Acousmonium »

18h30 // Auditorium du Conservatoire de Nice  
Entrée gratuite

#### VENDREDI 24 JANVIER

Conférence : Son & Santé

10h-17h // Amphithéâtre du Galet, Hôpital Pasteur  
Entrée gratuite

#### SAMEDI 25 JANVIER

Conférence : Le bruit dans la ville : quel impact sur notre santé ? quelles solutions apporter ?

13h30-15h // CUM  
Entrée gratuite

Conférence : Musique de film et cerveau émotionnel

15h30-17h // CUM  
Entrée gratuite

#### DIMANCHE 26 JANVIER

Brunch musical

11h-16h // L'Octave

#### MARDI 28 JANVIER

Conférence : Son compressé, Musique et Cerveau

13h-17h // CUM  
Entrée gratuite

#### MERCREDI 29 JANVIER

Piano au lit du malade

Concert de Kim Barbier  
10h-13h // Hôpital Lenval  
Réservé aux patients

Café rencontre à la découverte du CIRM

(Centre National de Création Musicale)  
16h30-18h // CIRM  
Entrée gratuite

Création live de musique électronique

21h // Le Perlone

#### JEUDI 30 JANVIER

Concert méditation

Kim Barbier et Christelle Filleau  
14h30 - 16h30 // Conservatoire de Nice  
Entrée gratuite

#### VENDREDI 31 JANVIER

Rencontre avec les collégiens « Du bruit au Son de Qualité : comment éduquer ses oreilles et son cerveau durant l'enfance »

Kim Barbier, Dr Elbaum et Christophe Pinna  
14h-17h // Collège Henri Matisse  
Réservé aux scolaires

Dépistage des troubles auditifs - Afflelou-Acousticien

14h-18h // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

Conférence : Du son au sens

Pierre LEMARQUIS  
16h-17h // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

#### SAMEDI 1ER FÉVRIER

Atelier « L'œnologie du son »

Patrick THEVENOT  
10h-13h // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

L'évolution du métier d'ingénieur du son : de l'apprentissage à la réalité du métier

Nicolas ESCHALIER  
14h-15h30 // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

Entre l'art et la technique, comment faire la part des choses dans le quotidien d'un studio

Nicolas ESCHALIER  
15h30-17h // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

Dépistage des troubles auditifs - Afflelou Acousticien

10h-18h // Maison Des Associations Garibaldi  
Entrée gratuite

DJ Andy Book & DJ Morph 100% Vinyle

20h // L'Octave

RETROUVEZ TOUTES LES  
INFORMATIONS SUR  
[www.cmrr-nice.fr](http://www.cmrr-nice.fr)

 La semaine du Son Nice  
 @cmrrnice

CONTACTEZ NOUS:  
[semaineduson.nice@gmail.com](mailto:semaineduson.nice@gmail.com)

## IV. Les lieux de l'édition 2020

### IV.1 Centres hospitaliers



>CHU Nice (amphithéâtre le Galet)

### Journée Grand Public « SON & SANTÉ » au CHU de Nice

Vendredi 24 janvier 2020 // 10h-17h // Amphithéâtre du Galet - Hôpital Pasteur

#### 10h : Allocution d'ouverture

M Charles GUEPRATTE (Directeur Général du CHU de Nice), Mme Sylvie MELLET (Directrice du programme recherche UCA Jedi), M Patrick BAQUE (Doyen de la Faculté de Médecine)

#### 10h20 : Introduction de la journée

Dr Renaud DAVID, CHU de Nice, Centre Mémoire de Ressources et Recherche, Institut Claude Pompidou

#### 10h30 : Pourquoi entend-on ce que l'on entend?

Olivier LEGRAND, UCA, CNRS, INONI, UMR 7010

#### 11h : Ces sons qu'on entend pas: médecine et ultrasons

Dr Charles RAFFAELLI, Chef de service du Département d'Ultrasons et d'Explorations Vasculaires, CHU de Nice

#### 11h30 : Musique, cerveau, plaisir et dopamine

Dr Renaud DAVID, CHU de Nice, Centre Mémoire de Ressources et Recherche, Institut Claude Pompidou

#### 12h : Douleur et musique

Stéphane GUETIN, Clinical Psychology and Psychopathology, University Paris V - René Descartes, Department of Neurology, INSERM U1061, University Hospital and Montpellier school of Medicine, Fondateur MUSIC CARE

13h : Pause

#### 14h : L'implant cochléaire, une révolution médicale

Dr Nicolas GUEVARA, ORL, Chirurgien au CHU de Nice, Institut Universitaire de la Face et du Cou

#### 14h30 : Neurologie de la musique

Dr Nicolas CAPET, Service de Neurologie du CHU de Nice

#### 15h30 : Perception du son et traitement par intelligence artificielle

Raphael TORRES et Adrien DANIEL, Blu Manta

#### 16h15 : Son & Cinéma

Céline TISSEUR, IFSI  
Isabelle ORRADO, CHU de Nice

#### 16h45 : Conclusion de la journée



> Fondation Lenval – Hôpital pour enfants

*Concert dans le hall de l'hôpital Lenval*

A destination du personnel hospitalier et des enfants hospitalisés pouvant quitter leur chambre

*Piano au lit du malade (services de médecine, chirurgie, psychiatrie)*

A destination des enfants hospitalisés ne pouvant pas quitter leur chambre pour raison médicale et du personnel soignant dans les services



## IV.2 Centres et lieux culturels



> Opéra de Nice

A la recherche de la beauté du son à travers le chant  
Mercredi 22 janvier 2020 // 18h-19h30 // Foyer de l'Opéra de Nice

Melcha CODER

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-a-la-recherche-de-la-beaute-du-son-a-travers-le-chant-melcha-coder-86222542947>



>Centre Universitaire Méditerranéen (CUM)

### Le bruit dans la ville : quel impact sur notre santé ?

Samedi 25 janvier 2020 // 13h30-15h // Centre Universitaire Méditerranéen

13h30 : Impact du bruit sur la qualité du sommeil  
Dr Eric ETTORE, CHU de Nice

14h : Risques sonores et voisinage : causes et réglementations  
Eglantine CASTANET, Ville de Nice

14h30 : Le bruit dans la ville : quelles solutions apporter ?  
Arnaud CRISTINI, Ville de Nice

Inscription gratuite :  
[www.https://www.eventbrite.fr/e/billets-conference-le-bruit-dans-la-ville-quel-impact-sur-notre-sante-86222701421](https://www.eventbrite.fr/e/billets-conference-le-bruit-dans-la-ville-quel-impact-sur-notre-sante-86222701421)

### Musique de film et cerveau émotionnel

Samedi 25 janvier 2020 // 15h30-17h // Centre Universitaire Méditerranéen

Laurent PEREZ DEL MAR

Inscription gratuite: [www.https://www.eventbrite.fr/e/billets-conference-musique-de-films-et-cerveau-emotionnel-86222771631](https://www.eventbrite.fr/e/billets-conference-musique-de-films-et-cerveau-emotionnel-86222771631)

### Son compressé, Musique et Cerveau

Mardi 28 janvier 2020 // 13h-17h // Centre Universitaire Méditerranéen

13h : Le son compressé  
Christian HUGONNET, Ingénieur acousticien, Président de la Semaine du Son

13h45 : Cerveau en rythme  
Nelly DARMON, Neuropsychologue, CHU de Nice

14h30 : Pause

15h : Plasticité cérébrale et musique  
Daniele SCHON, Aix-Marseille Université, Chercheur en neurosciences au CNRS

15h30 : « Hallucinant, j'entends des voix ! » : Jeanne d'Arc et les neurosciences  
Dr Bruno GIORDANA, CHU de Nice

16h : L'invention du clavier  
Laurent DE WILDE, pianiste, compositeur, producteur et écrivain

Inscription gratuite :  
<https://www.eventbrite.fr/e/billets-conference-son-compresse-musique-et-cerveau-86223307233>



>Maison des Associations Garibaldi

### Du son au sens

Vendredi 31 janvier 2020 // 16h-17h // MDA Garibaldi

Dr Pierre LEMARQUIS

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-du-son-au-sens-pierre-lemarquis-86404499183>

### Atelier « L'œnologie du son : méthode d'analyse d'écoute »

Samedi 1er février 2020 // 10h-13h // MDA Garibaldi

Patrick THEVENOT

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-loenologie-du-son-methode-danalyse-decoute-86402465099>

### L'évolution du métier d'ingénieur du son : de l'apprentissage à la réalité du métier

Samedi 1er février 2020 // 14h-15h30 // MDA Garibaldi

Nicolas ESCHALIER

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-atelier-devenir-inge-son-86401036827>

### Entre l'art et la technique, comment faire la part des choses dans le quotidien d'un studio

Samedi 1er février 2020 // 15h30-17h // MDA Garibaldi

Nicolas ESCHALIER

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-atelier-devenir-inge-son-atelier-2-86572684229>

### Dépistage des troubles auditifs—AFFLELOU Acousticien

Vendredi 31 janvier 2020 // 14h-18h// MDA Garibaldi

Samedi 1er février 2020 // 10h-18h // MDA Garibaldi



>Musée Chagall

CONCERT MÉDITATION, DANS LE CADRE DE LA SEMAINE DU SON

DIMANCHE 2 FÉVRIER, À 15H

CONCERT | MÉDITATION | MUSIQUE CLASSIQUE | PIANO | EXPÉRIENCE | ÉCOUTE | SEMAINE DU SON | CMRR | CHU DE NICE



Publié le 16 Janvier 2020

Dimanche 2 février, à 15 heures, venez vous initier à la méditation, le temps d'un concert exceptionnel, dans l'auditorium du musée.

PARTAGER



Concert Méditation

Dimanche 2 février 2020, à 15 heures  
à l'auditorium du musée

Dans le cadre de la 17e édition de la Semaine du Son de l'Unesco  
qui se tient du 20 janvier au 2 février 2020

Le musée national Marc Chagall participe à la première programmation en PACA de cet événement national et, pour clore ces festivités, organise un **Concert Méditation**, au sein de l'auditorium du musée.

La pianiste **Kim Barbier** et la psychothérapeute **Françoise Gueguen** proposeront au public une expérience insolite: **s'initier à la méditation** par le biais de l'**écoute d'extraits musicaux issus du répertoire classique** (Mozart, Chopin, Liszt, Fauré, Verdi).

L'objectif de cette séance est d'**appréhender la musique autrement**, les écoutants étant guidés par la voix – ou les silences choisis – de Françoise Gueguen :

« Une note donne un son particulier puis se transforme en vibration puis devient une onde. Elle ne s'attrape pas avec la main, mais elle touche quand-même. **Chacun de nos cinq sens** (le goût, l'odorat, la vue, le toucher et l'ouïe) **est une porte d'entrée du monde physique vers notre monde intérieur.** »

### IV.3 Établissements scolaires et d'enseignement



#### >Collège Henri Matisse

Présentation du fonctionnement de l'appareil auditif, sensibilisation à la toxicité du bruit, éducation au beau son, auprès de collégiens (4 classes de 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup>), avec la participation de :

- Jean Marc ELBAUM (chirurgien, ORL) : fonctionnement de l'appareil auditif
- Kim BARBIER (pianiste professionnelle) : la beauté du son
- Christophe PINNA (champion du monde de karaté) : chocs et protection auditive



#### >Conservatoire National à Rayonnement Régional

#### Acousmonium : Musiques de l'espace, espaces en musique

Mercredi 22 janvier 2020 // 18h30 // Conservatoire de Nice

Entrée libre

info@conservatoire-nice.org / www.conservatoire-nice.fr

#### Concert méditation

Jeudi 30 janvier 2020 // 14h30-16h30 // Salle Fauré - Conservatoire

Kim BARBIER et Christelle FILLEAU

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-concert-meditation-86223866907>



>CIRM Centre de création National en Musicologie

Le CIRM est l'un des huit Centres Nationaux de Création Musicale, label accordé par le Ministère de la culture en 1997.

Ses activités s'articulent autour de quatre axes : **production, diffusion, recherche et formation**. Elles réunissent des professionnels : compositeurs, réalisateurs informatique musicale, chercheurs, ingénieurs du son, musicologues, étudiants en composition électroacoustique, travaillant, entre autres, sur les nouvelles technologies au service de la création musicale. Fondé en 1968 par le compositeur [Jean-Etienne Marie](#), le CIRM s'installe à Nice en 1978, année de la première édition du **Festival MANCA**, dont il est l'organisateur. Le CIRM est dirigé depuis mars 2000 par le compositeur [François Paris](#).

**Café rencontre à la découverte du CIRM**

Mercredi 29 janvier 2020 // 16h30-18h // CIRM

François PARIS, Camille GIUGLARIS, Romina ROMAY, Alireza FARHANG

Inscription gratuite: <https://www.eventbrite.fr/e/billets-cafe-rencontre-a-la-decouverte-du-cirm-centre-national-de-creation-musical-86223642235>



IV.4 Restaurants et bars

>Restaurant Octave et Restaurant Perlone



**Création live de musique électronique**

Mercredi 29 janvier 2020 // 21h // Le Perlone

**Soirée de clôture : DJ Andy Book & DJ Morph 100% Vinyle**

Samedi 1er février 2020 // 20h // L'Octave



## V. Le parrain de l'édition Nice 2020



Laurent de Wilde, pianiste de jazz, compositeur, producteur et écrivain

## VI. Les partenaires

- Ville de Nice
- CHU de Nice
- Université Côte d'Azur et Académie d'excellence 4 « complexité et diversité du vivant » de l'UCA Jedi
- Fondation Lénval – Hôpitaux Pédiatriques de Nice CHU-Lénval
- Conservatoire national de Nice (CNRR)
- CIRM (Centre national de création musicale)
- Opéra de Nice
- Musée Chagall
- Alain Afflelou Acousticien
- Association La Semaine du Son ; Association NICE BRAIN
- Restaurant l'Octave ; Restaurant Perlone

## VII. Fréquentation

Mercredi 22 janvier

-Conférence « A la recherche de la beauté du son à travers le chant lyrique », Opéra de Nice (88/100)

-Concert « Acousmonium », Auditorium du Conservatoire de Nice : 30 participants

Vendredi 24 janvier

Conférence « Son et santé », Amphithéâtre du Galet, Hôpital Pasteur (213/250)

Samedi 25 janvier

Conférence « le bruit dans la ville : quel impact sur notre santé ? quelles solutions apporter ? » et conférence « musique de film et cerveau émotionnel », Centre Universitaire Méditerranéen. COMPLET (100/100)

Dimanche 26 janvier

Brunch musical, Restaurant Octave : 35 participants

Mardi 28 janvier

Conférence « son compressé, musique et cerveau » Centre Universitaire Méditerranéen (100/100)

Mercredi 29 janvier

-Piano au lit du malade, Hôpital Lenval

-Café Rencontre à la découverte du CIRM (30/40)

-Création live de musique électronique, Restaurant Perlone (40 participants)

Jeudi 30 janvier

Concert-méditation, Conservatoire de Nice. COMPLET (60/60)

Vendredi 31 janvier

-Rencontre avec les collégiens, Collège Henri Matisse : 4 classes de 30 collégiens de 6<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup>

-Dépistage des troubles auditifs, Maison des Associations : 40 participants

-Conférence « du Son au Sens », Maison des Associations (52/80)

Samedi 1<sup>er</sup> février

-Atelier « œnologie du son », « évolution du métier d'ingénieur du son », « entre l'art et la technique (30 participants)

-Dépistage des troubles auditifs : environ 50 participants

-Soirée de clôture, DJ Andy Book et DJ Morph 100% Vinyle, Restaurant Octave : 200 participants

Dimanche 2 février

Concert de clôture, Auditorium Musée Chagall. COMPLET (220/220)

# Quand le bruit torture la santé psychique

**Prévention** À l'occasion de la Semaine du son de l'Unesco, qui à Nice se tient à partir de mercredi, le Dr Renaud David, psychiatre, fait le point sur les effets toxiques de l'exposition permanente au bruit

« **B**ruits de voisinage, circulation automobile, télévision, téléphone qui ne cesse de sonner, travail en open space, etc. De façon générale, les sollicitations sonores permanentes ne permettent pas de reposer l'oreille, alerte d'emblée le Dr Renaud David, psychiatre et co-organisateur de la Semaine du son à Nice, qui s'y tiendra du 22 janvier au 1<sup>er</sup> février. L'oreille n'est pas un récepteur inerte capable de recevoir des informations constantes. Elle a besoin de se reposer. » Au-delà des effets toxiques bien connus sur la santé auditive pure, la sur-stimulation sonore a des effets néfastes largement démontrés sur la santé psychique.

## Bruits ambiants potentiellement toxiques

« En milieu urbain, le bruit est constant, il n'y a pas de répit. Aux bruits extérieurs au domicile - motos qui passent équipées de pot d'échappement trafiqué, circulation routière, trains ou avions qui décollent selon les zones d'habitation... - s'ajoutent les bruits au sein même du lieu de vie : VMC, ronflement de frigidaire... Tous ces bruits perturbent la qualité du sommeil : difficultés d'endormissement, réveils nocturnes plus fréquents, réveil matinal plus précocé... », énumère le psychiatre. Une situation à terme épuisante, que les personnes vont tenter de résoudre en puisant dans leur armoire à pharmacie. « On note, chez les personnes soumises au bruit, une augmentation du recours aux psychotropes et notamment aux anxiolytiques, en été en particulier car les fenêtres restent ouvertes, le bruit est alors encore plus marqué. »



Beaucoup d'efforts sont consentis pour tenter d'isoler les logements du bruit lié à la circulation routière, dont les effets sont très néfastes sur la santé auditive et psychique. (Photo F. F.)

Au-delà de la qualité du sommeil, le bruit impacte certaines performances cognitives : « Au-delà de 70 dB, il finit par affecter les fonctions attentionnelles, les fonctions mnésiques [capacité à mémoriser un fait actuel, à retrouver un souvenir, Ndlr] et même l'apprentissage », alerte le Dr Renaud David.

## Anxiété chronique

Enfin, l'exposition constante au bruit finit par altérer le bien-être psychique. « Elle favorise le stress et l'anxiété chronique en modifiant l'axe corticotrope, comme le prouve

l'augmentation des hormones du stress dans les urines, le plasma et la salive des personnes ainsi exposées. » En « tapant sur le système », le bruit peut même conduire à des changements de comportement : « On a pu établir une corrélation entre le bruit ambiant des machines dans les usines et les niveaux d'agressivité des ouvriers. »

Et pour apporter une dernière touche à ce tableau très sombre, une information peu surprenante, mais justifiant la mise en place d'actions ciblées : « Les populations à faibles revenus sont les plus tou-

chées. On a coutume de dire : « Le bruit pour les pauvres, le silence pour les riches ». »

NANCY CATTAN  
ncattan@nicematin.fr

Conférences, ateliers, moments musicaux... de très nombreux événements sont organisés à Nice à l'occasion de la Semaine du son. Le programme complet et toutes les informations sur : [facebook.com/La-Semaine-du-Son-Nice-111548053672940](https://facebook.com/La-Semaine-du-Son-Nice-111548053672940) [twitter.com/cmrrnice](https://twitter.com/cmrrnice) [www.lasemaineduson.org/nice-1824](http://www.lasemaineduson.org/nice-1824) [www.cmrr-nice.fr](http://www.cmrr-nice.fr) Contact par e-mail : [semaineduson.nice@gmail.com](mailto:semaineduson.nice@gmail.com)

## L'expert

Renaud David  
Psychiatre



## « Des sons appauvris »

« Il existe une perte de la qualité des sons de façon générale : les sons sont remaniés, compressés... Parmi les jeunes générations en particulier, beaucoup, pour des motifs divers, ne sont jamais exposés aux sons de qualité. Ils ne vont jamais à des concerts, à l'opéra etc., autant de lieux où l'on peut entendre de vrais instruments. Ils écoutent de plus en plus la musique sur leur téléphone avec des sons compressés. Le cerveau n'étant jamais sensibilisé à des sons de qualité, il s'appauvrit dans sa capacité à les percevoir. Or, c'est très important pour la richesse de l'être humain d'avoir toutes les afférences sensorielles les plus belles. »

## Trois moments forts :

- Christian Hugonnet qui évoquera l'effet du son compressé.
- Laurent de Wilde, pianiste de jazz, compositeur, producteur et écrivain français, qui fera une conférence sur l'invention du clavier.
- Pierre Lemarquais, neurologue et auteur de plusieurs ouvrages sur le cerveau et la musique.

## Un lien entre bruit ambiant et agressivité

## Les vertus thérapeutiques du bon son

Université Côte d'Azur, le Centre Mémoire de Ressources et de Recherche et le CHU de Nice a organisé du 22 janvier au 2 février la première édition niçoise de la semaine du son de l'Unesco. Rencontre avec les organisateurs.

Publication : 22/01/2020

Partager cet article :



Alors que le Dry January, défi du mois sans alcool, touche à sa fin, le public a pu se familiariser à l'oénologie du son le 1er février, à la maison des associations Garibaldi. Cet atelier, gratuit et ouvert à tous, s'inscrivait dans les opérations de préservation du patrimoine sonore promues lors de la semaine du son de l'Unesco, qui s'est déroulée du 22 janvier au 2 février. Car « à force de retravailler et de compresser le son, celui-ci perd de sa richesse et de sa qualité », explique le Dr Renaud David, psychiatre du CHU de Nice et responsable du Centre Mémoire de Ressources et de Recherche (CMRR). Il a coordonné cette année avec une équipe de médecins et de neuropsychologues du CHU la déclinaison niçoise de la semaine du son. « En concertation avec le président et créateur de la manifestation, Christian Hugonnet, nous avons voulu donner une spécificité santé à l'évènement à l'échelle locale », explique-t-il.

« Il y a des enfants aujourd'hui qui n'entendent peut-être jamais un son naturel, pur, joué devant eux avec des instruments », souligne-t-il. Même les sons déclenchés en tirant sur la ficelle d'un jouet pour bébé sont compressés. Ceci a donc un impact sur le patrimoine sonore mais aussi sur la santé publique. « Ces sons présentent un effet de saturation. Quand on les écoute, il n'y a jamais de pause, l'oreille est stimulée en permanence et se fatigue plus vite », insiste le Dr David. Avec les sons compressés, on ne peut plus, non plus, « travailler » son oreille comme le ferait un musicien, autrement dit faire évoluer ses capacités cognitives.

Or, il semblerait que l'audition soit en jeu dans diverses pathologies. Par exemple, « la perte auditive majeure de manière artificielle les troubles cognitifs rencontrés au CMRR », précise Renaud David. « En psychiatrie, on s'est aperçu que la musicothérapie pouvait aider les patients avec des états dépressifs et anxieux mais nous aimerions comprendre pourquoi et comment », poursuit sa collègue Julia Elbaum. « Mais en France, au regard par exemple de ce qui se passe au Canada ou aux États-Unis, on s'intéresse encore trop peu à la neuro cognition de la musique », souligne le Dr Nicolas Capet, neurologue et membre de l'équipe niçoise de la semaine du son. « À travers cet évènement puis en dehors, nous espérons donc fédérer des équipes de recherche d'Université Côte d'Azur, incluant notamment le Conservatoire de Musique, le CIRM ou bien l'ESRA », annonce Renaud David. Nicolas Capet lui, imagine volontiers un futur centre de recherche ciblé « cerveau et musique », à l'image du centre BRAMS à Montréal.

Sans encore atteindre cette envergure, des recherches ont néanmoins déjà cours au CMRR et dans les services du CHU. Le projet européen SENSE-Cog, initié en 2016, a par exemple permis d'expérimenter les effets d'un appareillage auditif chez les personnes atteintes de troubles cognitifs. L'EPHAD situé dans le bâtiment de l'Institut Claude Pompidou teste également les bénéfices sur l'anxiété ou le stress obtenus au moyen d'une bande sonore intégrée à la tête de lit. Le choix de la musique dépend alors de l'objectif visé. Les équipes cherchent par exemple à comparer les effets d'une musique relaxante et ceux d'un morceau faisant appel aux capacités attentionnelles des individus pour réduire l'anxiété suscitée par la perspective de la douleur avant une ponction lombaire. Au-delà des murs du CMRR, la qualité du sommeil, la prédisposition à développer un diabète, des troubles émotionnels, des problèmes cardio-vasculaires semblent désormais également corrélés à l'exposition de tout un chacun au bruit. L'équipe de la semaine du son espère ainsi, au travers des nombreuses conférences proposées au public, avoir une action de prévention. Et pour cela, il faut d'abord apprendre à qualifier un bon son. « C'est ce qu'entreprendra de transmettre le psychoacousticien Patrick Thevenot, qui développe avec l'oénologie du son une méthode d'analyse d'écoute. Il vous apprend à quantifier et à qualifier le son qui vous arrive avec un vocabulaire assez spécifique », promet Nelly Darmon, neuropsychologue.

## Clients utilisateurs de musique

Toutes les  
autorisations

Vos  
services

Vos avantages  
sacem pro

Notre  
actualité

ESPACE CLIENT

Retour



# LA SEMAINE DU SON LANCE SA PREMIÈRE ÉDITION NIÇOISE

## Thématiques

Accords de partenariat  
La Sacem soutient  
Les coulisses de la Sacem  
Offres spéciales  
Paroles de créateurs  
Prix et hommages  
Rendez-vous pro  
Sacem Université  
Valeur de la musique  
Vos services en ligne

ABONNEZ-VOUS À NOTRE  
NEWSLETTER !

DÉCOUVREZ  
PLUS D'ARTICLES :



La Sacem soutient

James Cam'Rhum fait  
tourner le rap



La Sacem soutient

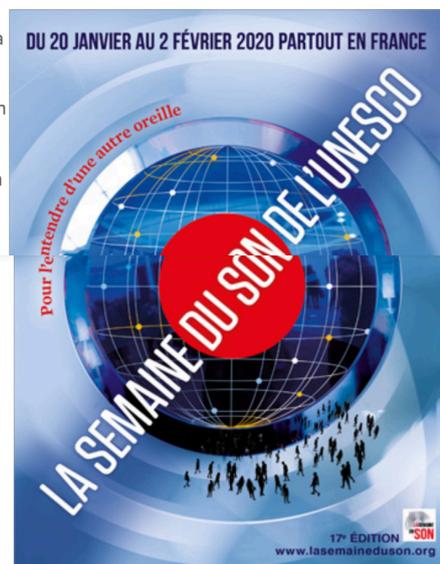
Son, bruit, musique... Pendant une dizaine de jours, la Semaine du Son organise ateliers et conférences à Nice pour découvrir le son autrement.

Quatre. C'est le nombre de personnes derrière l'organisation de la **Semaine du Son** qui se tiendra à Nice du 22 janvier au 1er février. Ils sont médecins et mélomanes, tous amoureux de leur ville et ont décidé de lancer cette première édition niçoise.

La Semaine du Son est une association fondée en 1998 par Christian Hugonnet, un ingénieur acousticien.

Depuis 2004, elle organise chaque année des conférences à Paris et dans d'autres villes autour de la santé auditive, l'acoustique et l'environnement sonore, les techniques d'enregistrement et de reproduction, la relation image et son, l'expression musicale et la pédagogie.

Mais cette année, ce sont ces quatre médecins, psychiatres, neurologue et neuropsychiatre qui ont décidé de créer leur propre édition sudiste, avec la bénédiction du fondateur.



## UN PROGRAMME VARIÉ

Pendant plus d'une semaine, conférences, concerts et ateliers vont être mis à disposition gratuitement des Niçois et des habitants de la région.

« Nous allons proposer des conférences scientifiques sur trois jours : cela va du plaisir de la musique aux hallucinations, à l'oreille interne. Des thématiques sérieuses mais grand public et gratuites », précise Nicolas Capet neurologue au CHU de Nice. D'autres conférences au Centre Universitaire Méditerranéen (CUM), plus politiques, sur le son compressé, les nuisances sonores, le bruit en ville et ses solutions seront présentées par des médecins mais aussi des représentants de la mairie de Nice.

Au programme également, des concerts avec de la musique classique (Melcha Coder, chanteuse d'opéra), du jazz électronique (HOST) ainsi que du mix avec vinyles (DJ Andy Book). « Il nous a été difficile d'avoir les fonds mais certains artistes connus nous ont dit oui car notre projet est différent d'un concert classique. Le côté intellectuel et scientifique leur a plu », rapporte le neurologue.

Enfin des ateliers se dérouleront à la Maison des Associations Garibaldi (MDA) sur les métiers autour du son « Du son au sens » et d'autres encore. Un programme varié et réparti un peu partout dans la ville.

## DES CONFÉRENCES ET ATELIERS À NE PAS RATER

Avec cette abondance de propositions en tout genre, difficile de s'y retrouver. Mais Nicolas Capet a réalisé une sélection des moments dont il attend le plus.

Il y a tout d'abord l'atelier « **L'œnologie du son** ». « Il s'agit d'une analyse d'écoute, où l'intervenant propose un protocole, une technique pour essayer d'optimiser l'écoute et comprendre ce qu'on entend. » Le compositeur de musique de films Laurent Perez del Mar, originaire de Nice, animera une conférence sur la musique de film et le cerveau émotionnel. « Il comparera des séquences de film avec et sans son », précise le neurologue.

Un **dépistage des troubles auditifs** sera aussi proposé gratuitement. « Il se tiendra sur une place où beaucoup de gens sont amenés à circuler, réalisé par des audioprothésistes près de la Maison des Associations Garibaldi. »

Enfin un « projet qui nous tient à cœur » : **amener la musique à l'hôpital Lenval**, un lieu médical pour enfants. « Kim Barbier va déplacer son piano et se baladera de chambre en chambre », se réjouit Nicolas Capet.

## SENSIBILISER LES PLUS JEUNES

Pour les créateurs de cette première édition, une attention toute particulière doit être aussi accordée aux plus jeunes.

Un atelier à part sera réalisé dans un des collèges de la ville avec trois intervenants pour parler du son sous ses différents aspects. « Un ORL viendra expliquer comment fonctionne l'oreille et en quoi il est important d'en prendre soin et de la protéger tout en écoutant de la musique » détaille David Renaud, un des membres de l'organisation et psychiatre de formation.

Un pianiste professionnel interviendra pour expliquer ce qu'est le beau son « en quoi la musique classique peut avoir un impact sur les émotions et le bien-être émotionnel. Ce n'est pas parce qu'on est jeune qu'on ne peut pas en profiter », commente le quarantenaire.

Et enfin un ancien champion du monde karaté « tiendra un rôle de grand frère pour dire aux jeunes d'être prudents avec leurs oreilles » lui-même ayant été très exposé aux impacts sur ses oreilles. Une initiative que David Renaud espère se voir étendre dans d'autres établissements et d'autres quartiers afin « que les jeunes publics soient sensibilisés » si cette première édition réussit son envolée.

Julie Sebadelha

Publié le 06 janvier 2020

<https://clients.sacem.fr/actualites/la-sacem-soutient/la-semaine-du-son-lance-sa-premiere-edition-nicoise?couleur=pink&langue=fr>

## >Radio et TV locale :

-France Bleue Azur, interview du 28 janvier 2020 avec Christian Hugonnet, président de la semaine du son

-RCF : Une émission Grand Format diffusée Mardi 17 mars à 11h et 18h30  
Ecoute via le site [rcf.fr](http://rcf.fr) (page RCF Nice Côte d'Azur), l'application RCF pour smartphone ou un poste radio compatible DAB+ (dans les Alpes-Maritimes)  
Réécoute sur le site [rcf.fr](http://rcf.fr) <https://rcf.fr/actualite/grand-format>

-Azur TV « La grande émission », enregistrement 19 mars : « bruit et santé : quel impact ? »

>Réseaux sociaux

Facebook « La semaine du son Nice »

Twitter @cmrrnice

Site internet : [www.cmrr-nice.fr](http://www.cmrr-nice.fr)

LinkedIn : Renaud DAVID

## IX. Perspectives 2021

>Programmation prévisionnelle

### Nouveautés 2021 :

#### Son, Musique, Médecine et Santé

-Conférence grand public Fondation Lenval « son, musique et développement de l'enfant » (Dr. B. Cyrulnik, Dr. P. Lemarquis)

-Conférences « Grand public » CHU Nice : nouvelles thématiques

-Présentation des travaux en lien avec la mise en place d'une chorale inclusive pour les personnes diagnostiquée avec une maladie d'Alzheimer, avec le soutien de Malakoff Humanis et Ville de Nice

#### Interventions santé et musique

-Qualité de vie au travail (programme « un piano pour les soignants »)

-Son, musique, danse, art dans les EHPADs (S. Cochet)

#### Son et environnement urbain

-Pollution sonore dans la cité : impact de la pandémie covid-19 sur la santé psychique.

Présentation des résultats d'une étude menée au sein de UCA sur l'impact du confinement Covid sur l'intensité des bruits urbains et le retentissement sur la santé psychique (Équipes UCA, CHU, métropole Côte d'Azur, Acoucité Lyon)

-Sonorisation (parcours sonore) d'un lieu emblématique de la ville (promenade du Paillon) dans le cadre du concours mis en place par « La semaine du Son » (Ville de Nice, Life Design Sonore)

#### Son, éducation et prévention

-Programme musical éducatif avec les élèves scolarisés en classe CHAM (classe horaire aménagée musique)

-Programmes éducatifs pour les scolaires « son et environnement, prévention du bruit » (en partenariat avec la maison de l'environnement de Nice)

#### Son, jeu et danse

-Musique et performances (Silent Party)

-Sons et musique de jeux vidéo (Colorswap)

#### Son et art

- Conférence « impact émotionnel de la musique dans le film » Laurent Perez Del Mar (Médecin et créateur de musique de film)
- Gabriel Tacchino et Emmanuelle Stephan, pianiste professionnel, synesthésie et l'œuvre de Poulenc, Ravel, Debussy, Saint-Saëns ; musique relaxante évocatrice de couleurs
- Orchestre de chambre de Toulouse, concert et ateliers
- Projet Wasabi (M. Buffa, IRCAM Paris)
- Accordéon et musique métal (Greyssoker)
- Groupe Host : concert et introduction à l'improvisation musicale (stage de 4 jours)

## Programmes récurrents :

### Son, Musique, Médecine et Santé

- Conférences grand public CHU « son et santé, les actualités 2021 » :
  - Chirurgie éveillée pour les musiciens (Dr F. Almayrac, Pr D. Fontaine)
  - Génétique de l'audition (Dr C. Petit)
  - Génétique et musique (Dr S. Ségard, CHU Nice)
  - Dopamine et musique (L. Ferreri, Lyon)
  - Intégration musicale dans le mobilier des hôpitaux (Life Design Sonore)
  - Médecine des Arts : pathologies en rapport avec le métier d'artiste (musique et médecine (Dr AF Arcier, clinique du musicien, Paris)
  - Covid-19 : quel impact sonore (bruit urbain, concert online) ?
  - Synesthésie et musique (N. Agroun, Berkley Jazz School, Boston)
  - Ultra-sons et communication chez les delphinidés

### Interventions santé et musique

- Poursuite programme musical auprès des patients hospitalisés et du personnel hospitalier (Hôpital Pasteur, Fondation Lenval)
- concerts-méditation

### Son et environnement urbain

- « Le bruit dans la ville : quelles causes, quelles solutions, quel impact sur la santé ? »

### Son, éducation et prévention

- Poursuite conférences de sensibilisation auprès du jeune public (écoles et collèges dans différents établissements scolaires de la ville, incluant établissements scolaires situés dans les zones d'éducation prioritaire)
- Atelier dépistage de la perte auditive (audioprothésistes)

### Son, jeu et danse

### Son et art

- Conférence « son, musique et opéra » (M Coder, B. Rossi)
- Concert Acousmonium (M Pascal, Conservatoire CNRR, Nice)

## > Parrain 2021 : Laurent PEREZ DEL MAR

Laurent Perez del Mar est médecin et [compositeur](#) français né à Nice en 1974. Il est principalement connu pour ses [musiques de film](#). En 2017, il est nommé Chevalier de l'Ordre des Arts et Lettres et membre de l'Académie des Oscars. Après avoir suivi un cursus au [Conservatoire de Nice](#) (Piano Classique et Piano Jazz) puis au Conservatoire de Paris (Écriture musicale / Harmonie), Laurent Perez del Mar écrit ses premières partitions pour des [courts-métrages](#), des [publicités](#) et des émissions de télévision, puis des longs-métrages pour le [cinéma](#). Depuis [2002](#), il se consacre principalement à la [musique de film](#) <sup>1,2</sup>.

En 2013, il devient membre de l'Académie des [César du cinéma](#), et en 2017, membre de l'[Academy of Motion Picture Arts and Sciences](#) (l'Académie des Oscars). En 2016, il remporte le prix de la meilleure musique de film pour [La Tortue rouge](#) au Festival du film et de la musique de film de La Baule en présence de [Lalo Schiffrin](#).

En 2017, il remporte :

- le prix de la meilleure musique pour un film d'animation de la prestigieuse [International Film Music Critic Association](#).
- les prix de compositeur révélation de l'année, meilleure partition européenne de l'année, aux [GoldSpirit Awards](#) espagnols.
- le prix de la meilleure musique pour un film d'animation aux Movie Music UK.
- le prix de la meilleure musique de film de la [Chambre syndicale de l'édition musicale](#)

Il était également nommé :

- pour les [Annie Awards](#), récompenses du cinéma américain, considérées comme étant les Oscars de l'animation, pour la meilleure musique de long-métrage d'animation pour [La Tortue rouge](#) ;
- pour les [Prix Lumières](#), récompenses de la presse internationale pour la meilleure musique de film 2016 pour [La Tortue rouge](#).
- pour les [International Cinephile Society](#) awards 2016 pour la meilleure musique de film. À noter que le film [La Tortue rouge](#) a été nommé pour le César et l'Oscar du meilleur film d'animation 2016 après avoir remporté le prix spécial du jury dans la catégorie [Un certain regard](#) au [Festival de Cannes](#).
- pour le prix France Musique / SACEM 2017



## > Implication locorégionale élargie

- Participation étendue à la principauté de Monaco (échanges en cours)
- Participation étendue aux communes de la Métropole Nice Côte d'Azur (en cours)
- Partenariats internationaux (Trinity College Dublin, Philharmonie Berlin)