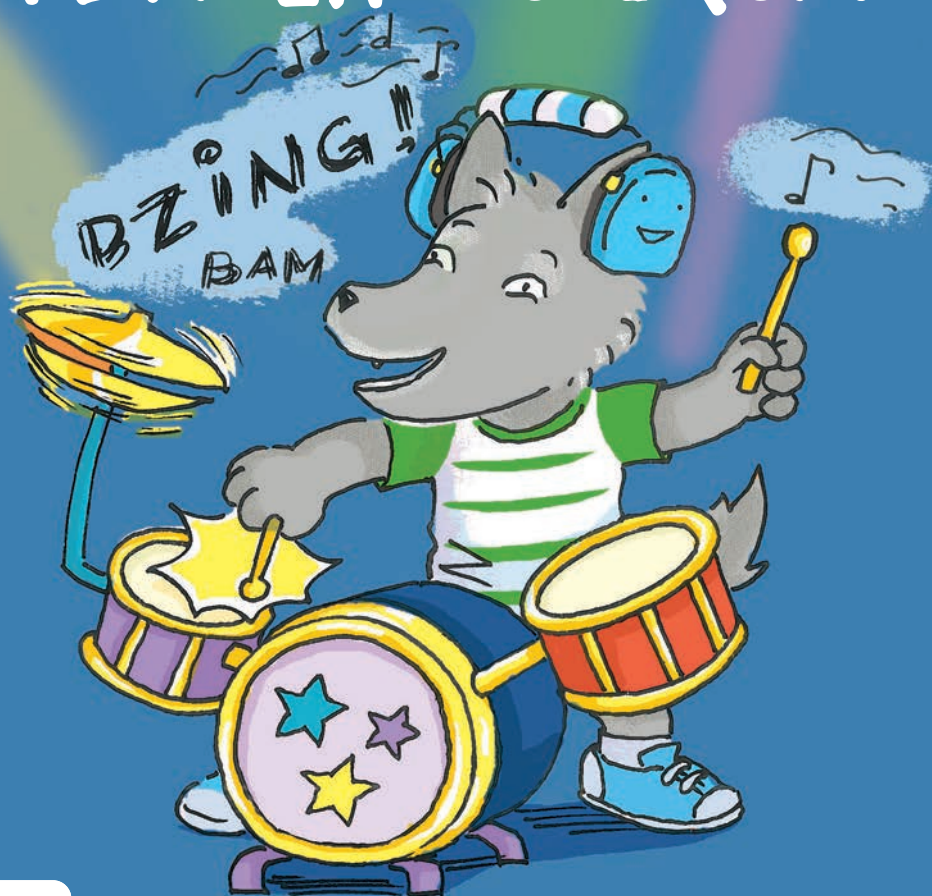


MIKALOU FÊTE LA MUSIQUE!





Cet après-midi, tout est calme dans la maison.
Mamie a éteint la télévision et papi a cessé de tondre le gazon.

«Dodo, l'enfant do, l'enfant dormira bien vite...»
Bercée par la voix de papa, Kamilia s'est endormie dans son petit lit.
Lorsque, soudain... D'où vient tout ce bruit?
Papa referme la porte avec précaution, puis se dirige
à pas de loup dans la chambre de Mikalou...

Pan et pan et rataplan! Ravi, Mikalou joue de la batterie.
Il tape avec ses baguettes en chantant à tue-tête.
«Chut, Mikalou, arrête! demande papa.
Ce soir, on va à la fête...
Ta petite sœur a besoin de faire une bonne sieste! »
Papa lui propose plutôt une partie de memory.
Assis sur le tapis, ils jouent sans faire de bruit...



La sieste est finie. Il ne faut pas être en retard,
Mikalou ne veut pas rater la fanfare.

Son kazoo à la main, il compte bien participer lui aussi!
Sur la place du village, quel tintamarre! Taratata! fait la trompette.
Tsing-tsing-boum-boum, les cymbales! Et pan-pan-rataplan, le tambour.
Comme les musiciens, Mikalou a mis un casque antibruit sur sa tête.

«Ça me casse un peu les oreilles...» se plaint mamie.

«La prochaine fois, prends
des bouchons d'oreilles pour
les protéger, dit maman
en souriant. Mais allons
un peu plus loin,
on entendra
aussi bien...»





«Il y a un concert à la salle des fêtes, dit papa, on va se régaler!»

À l'intérieur, la foule est nombreuse. Quelle animation!

Les musiciens ont commencé à jouer. Un chanteur s'égosille dans le micro.

Le bruit est vraiment très fort.

Gênée, Kamilia ronchonne pour montrer son désaccord.

«Je la ramène à la maison, décide mamie. Elle sera bien mieux au calme.»

Entre la musique et la foule qui crie, quelle cacophonie!

Malgré son casque antibruit, Mikalou n'est pas ravi.

Même en s'éloignant des amplis, le bruit est trop fort...

«Allons dehors! dit papa, le concert, ce sera pour une autre fois,
lorsque tu seras plus grand!»



Sauf que dehors aussi il y a du bruit :
c'est le moment du feu d'artifice! « Que c'est beau! » s'exclame Mikalou
en essayant d'attraper les fusées colorées.

Au moment du bouquet final, il est émerveillé... Il resterait bien ici
jusqu'au bout de la nuit. Mais il a les oreilles qui sifflent et bourdonnent.

Il regrette d'avoir enlevé son casque un peu trop tôt
et se sent fatigué. Il est temps pour lui de rentrer se coucher.

Très excité au moment de rentrer, Mikalou parle très fort!
« Chut! dit maman. Tes oreilles ont besoin de se reposer.
Écoute le silence... » Mikalou regarde le ciel. La lune est si belle...
Maintenant il n'y a presque plus de bruit... Juste le vent
qui souffle doucement et fait bruisser les feuilles des arbres.
Au loin on entend le hullement d'une chouette
ainsi que le chant des grillons... Mikalou est tout étonné.
Que c'est joli à écouter le silence!

FIN



Questions/Réponses

J'ai un petit baladeur.
J'aime bien écouter
de la musique.

Pour que la musique reste un plaisir,
profite du bouton qui permet de régler
le volume pour ne pas mettre le son
trop fort... et ne l'écoute pas
trop longtemps.



Mais j'aime bien
monter le son!

Pourtant, si tu mets la musique
assez bas, tes oreilles
s'y habitueront. Et tu entendas
aussi bien, sans abîmer
tes oreilles!

J'ai un casque pour
ne pas gêner les autres.

Sauf qu'avec un casque,
le son est amplifié.
À la longue, ce n'est pas bon
pour tes oreilles.



Pourtant
j'ai des jouets qui font
du bruit : la sirène de mon camion
de pompier par exemple!

Si c'est possible, règle le son plus bas,
ou demande à tes parents d'atténuer
le bruit en mettant du Scotch
sur la sortie du son.
Tu t'amuseras tout autant...



Maman ne veut pas
que je reste longtemps
devant la télé. Elle dit que
mes oreilles doivent se reposer...

Ta maman a bien raison :
la santé de tes oreilles passe
par le calme et le repos
de temps en temps!

Dans la rue, il y a
parfois des bruits très forts
et je ne m'y attends pas!

C'est vrai, le bruit d'un avion qui passe,
d'un marteau-piqueur, de pétards, tout
cela agresse tes oreilles. Protège-les
avec tes mains et éloigne-toi vite
de la source du bruit.

Comment savoir
si mes oreilles sont gênées
par le bruit?

Si elles sifflent, si tu sens
des bourdonnements d'oreilles,
une gêne... : il est probable
que tes oreilles ont été exposées
à un bruit trop fort
et trop longtemps.

J'aime bien assister
à des spectacles musicaux.

Je joue d'ailleurs de la batterie...

Dans ce cas, porte un casque antibruit
ou des bouchons. Ne reste pas à côté
des haut-parleurs et mets une sourdine
à ton instrument. Tu preserves
ainsi tes oreilles et celles
de tes camarades.

Ma maman
a un bébé dans le ventre...
Le bruit ne doit pas le gêner!

À partir du troisième trimestre
de grossesse, il faut éviter
les bruits de forte intensité,
car les petites oreilles du bébé
ne sont pas encore prêtes
à les supporter.

Le bruit alors...
C'est mauvais pour la santé?

Trop de bruit trouble
le sommeil, la digestion,
rend nerveux, et on finit par
entendre moins bien.



Étapes et repères

COMMENT PRENDRE SOIN DE SES OREILLES

- ✓ Choisissez de préférence des jouets silencieux et, sinon, choisissez ceux dont on peut régler le volume. Limitez leur utilisation.
- ✓ TV, radio dans la voiture, chaîne hi-fi... ne doivent pas être allumés en permanence et leur niveau sonore doit être limité. Évitez d'écouter trop souvent de la musique avec des écouteurs.
- ✓ Choisissez des moyens de protection adaptés à l'âge de votre enfant. Avant six ans, achetez-lui un casque antibruit, après six ans, vous pouvez opter pour des bouchons d'oreille. Prenez le temps de bien choisir le modèle le plus confortable pour ses oreilles.
- ✓ Maintenez la maison au calme à l'heure de la sieste et pendant la nuit.
- ✓ Les cotons-tiges sont à réserver à la partie externe de l'oreille.
- ✓ Attention aux courants d'air (en voiture notamment) qui favorisent les infections ORL.
- ✓ Si votre enfant a des otites, assurez-vous qu'elles sont bien soignées.
- ✓ Évitez de voyager en avion avec un enfant enrhumé ou souffrant d'une otite.
- ✓ Enfin, bébés, enfants ou adultes, ne jamais s'endormir avec des écouteurs sur les oreilles.

SOUS HAUTE SURVEILLANCE

Les signes qui doivent vous alerter :

- ✓ Votre bébé ne répond pas à vos paroles par des vocalises.
- ✓ Il ne sursaute pas, ne réagit pas en cas de bruit inattendu ou au contraire il est sensible au bruit.
- ✓ Votre enfant insiste pour monter le son d'un appareil.
- ✓ Il parle fort, vous fait répéter, vous avez du mal à capter son attention.
- ✓ Il semble fatigué, souffre de maux de tête et se plaint de bruits dans les oreilles.
- ✓ Il est en retard dans ses apprentissages (parole, langage).
- ✓ Il a un comportement agressif ou, à l'inverse, trop réservé, il s'isole.
- ✓ Il a des otites ou des rhino-pharyngites chroniques.
- ✓ Des personnes sont atteintes de troubles du langage dans votre famille, ou bien sont appareillées (avant 50 ans).

Parlez-en à votre médecin traitant
qui vous orientera éventuellement vers
un oto-rhino-laryngologiste (ORL).



MÉMO PARENTS

Protégez les oreilles
de vos enfants, ne les laissez pas
écouter de la musique trop fort,
trop souvent et trop longtemps...

POUSSE LA CHANSONNETTE!

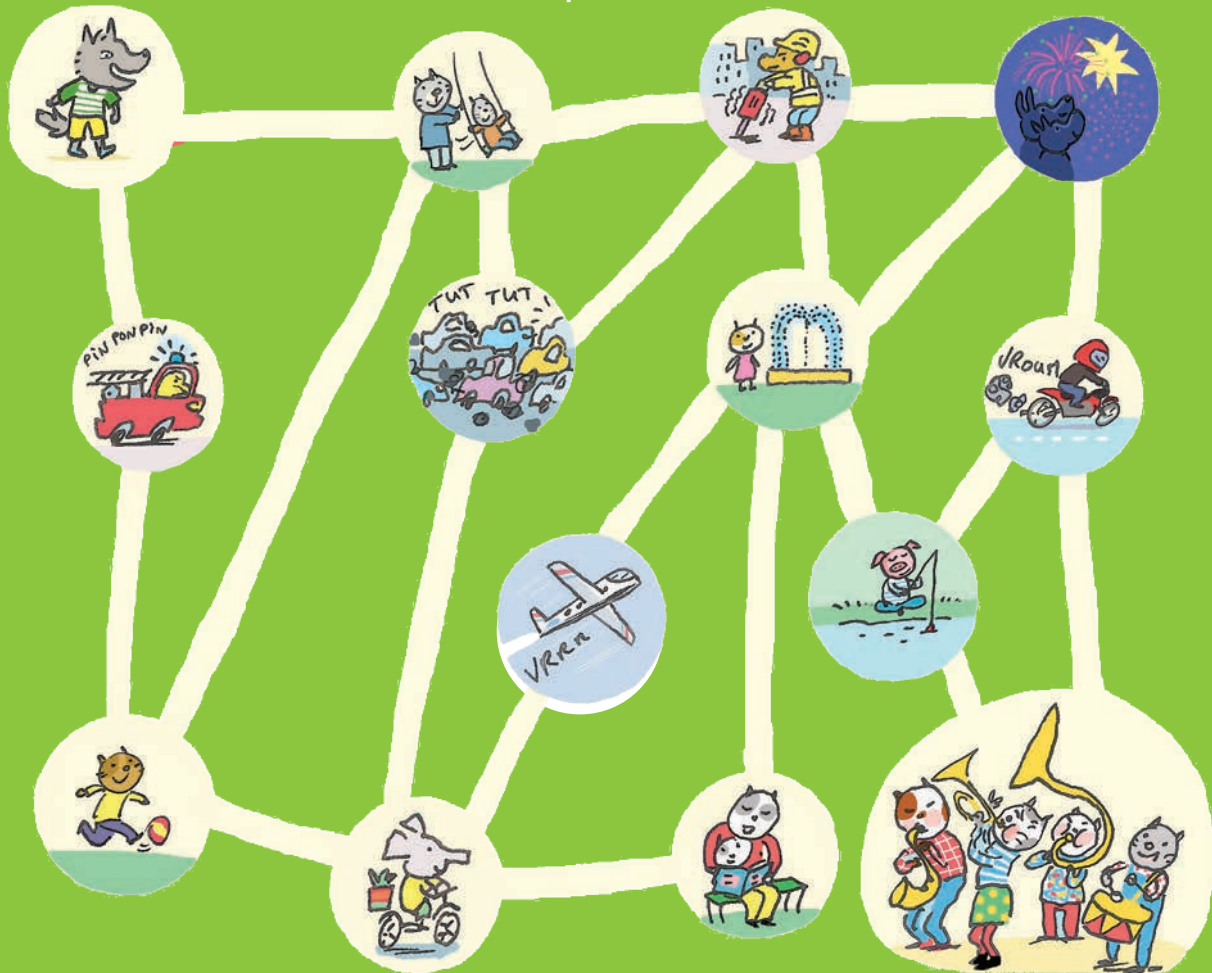
Sur l'air de « Dans la forêt lointaine... »,
chante avec Mikalou et colorie le dessin !

La musique est en fête,
On entend Mikalou,
Son casque sur la tête,
Chanter dans un kazoo,
Coucou je joue,
Coucou je joue,
Coucou je fais le fou !



Trouve le bon chemin

Mikalou aime la musique... mais pas le bruit !
Aide-le à trouver le chemin le plus calme pour aller écouter la fanfare...
Il mettra son casque au dernier moment !



Réalisé par Bayard Média Développement pour la Mutualité Française Occitanie avec le soutien de l'ARS Occitanie, en partenariat avec le réseau optique et audition mutualiste Écouter Voir. Directrice générale adjointe de Bayard Media Développement : Fabienne Marquet (fabienne.marquet@bayardmedia.fr). Directrice commerciale : Caroline Soret (caroline.soret@bayardmedia.fr). Coordinatrice : Adélaïde Jeanson (adeleide.jeanson@bayardmedia.fr). Textes : Emmanuelle Cabrol. Illustrations : France Sengel. Maquette : Corinne Deniel. Secrétariat de rédaction : Isabelle Gilloots. Janvier 2025.

Toute la collection Mikalou est téléchargeable sur le site occitanie.mutualite.fr