

# Reporterre

le quotidien de l'écologie

## Le confinement a permis le retour du silence et du plaisir d'écouter

9 mai 2020 / [Émilie Massemin \(Reporterre\)](#)



Le confinement a entraîné une diminution du bruit créé par les transports motorisés. On a redécouvert et savouré les bruits discrets du voisinage, de la nature environnante. Cet épisode entraînera-t-il une prise de conscience durable des enjeux de la pollution sonore ?

---

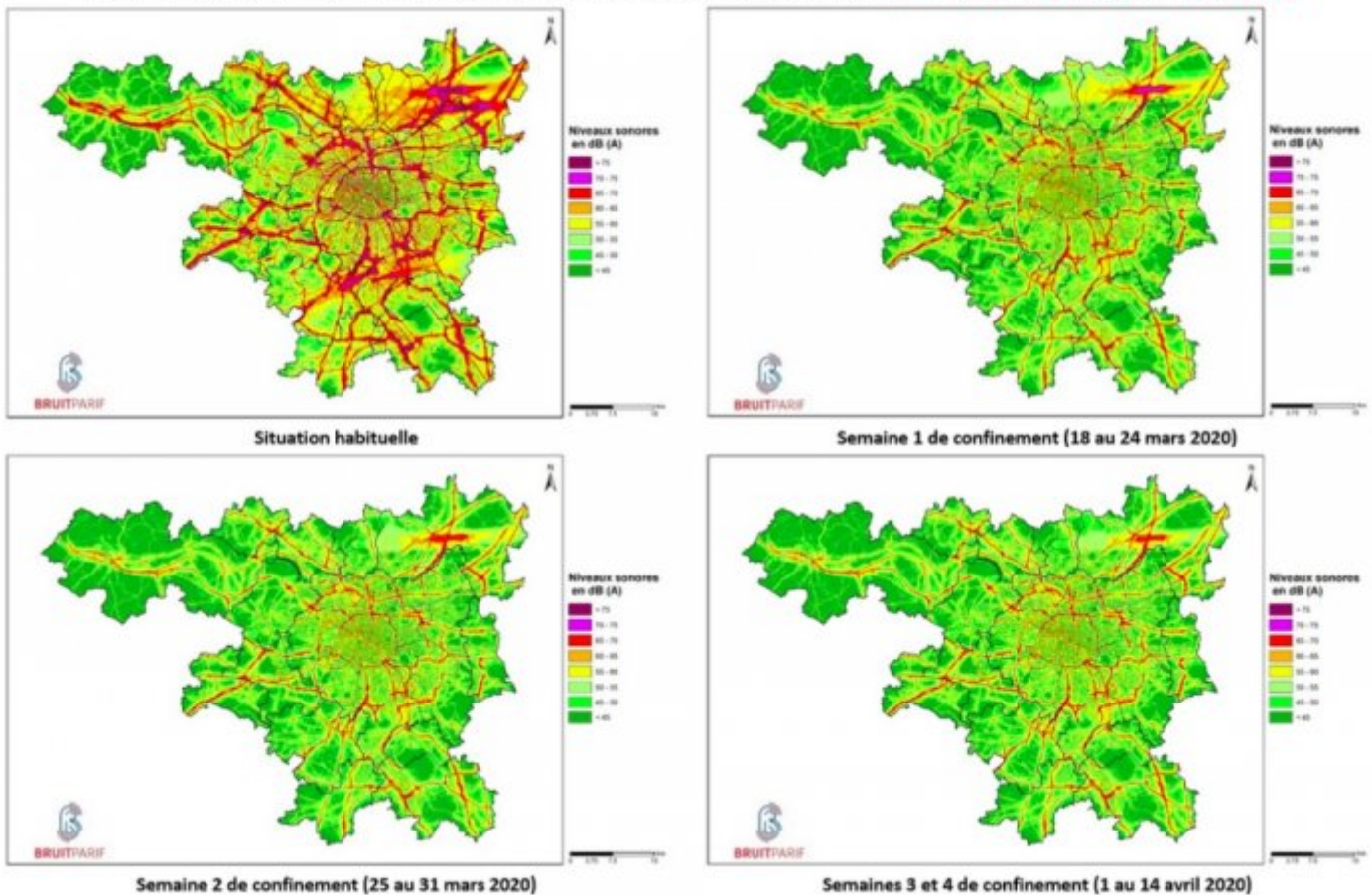
« J'ai eu le Covid-19 le premier jour du confinement et je suis restée longtemps attentive uniquement aux bruits, raconte Karina. Il y avait quelque chose de nouveau et de réjouissant : le silence. Je pensais que c'était la fièvre qui rendait l'atmosphère ouatée... Non, c'était l'arrêt de notre frénétique activité. » Comme Karina, une soixantaine de personnes de tous âges et de toute la France ont raconté à Reporterre l'évolution de leur environnement sonore depuis le début du confinement, mardi 17 mars. Tous les témoignages concordent, ou presque : le Covid-19 met les corps et les esprits à rude épreuve... mais soulage les oreilles.

À Paris, la différence est criante. « La rumeur perpétuelle de la ville s'est éteinte, remarque Valentin, habitant du 18<sup>e</sup> arrondissement. Les chantiers se sont tus. Presque aucun bruit de moteur dans les rues attenantes. À peine quelques échos du boulevard et les éboueurs en début de soirée. Chose inimaginable : j'entends le train, à plus d'un kilomètre ! Les cloches aussi ! Leurs vibrations résonnent dans cet air serein, donnant au quartier une atmosphère de village. » Nouara, qui vit près d'une caserne de pompiers, d'un commissariat et de plusieurs bars dans le 10<sup>e</sup> arrondissement, revit : « Les sirènes, les klaxons, les personnes qui parlent trop fort et qui chantent font partie de mon quotidien, jour et nuit, dès le printemps. Tous ces bruits ont largement diminué depuis le confinement. »

Les 150 capteurs de l'association Bruitparif, déployés dans toute la zone densément peuplée d'Île-de-France, ont enregistré pendant les quatre premières semaines de confinement une diminution de 60 à 90 % des émissions sonores le long des axes routiers. Du côté des chantiers à l'arrêt, les chutes de décibels varient entre 6 à 22 dB (A) [1] les jours ouvrés. Des quartiers habituellement animés la nuit sont plongés dans le silence depuis la fermeture des commerces non essentiels, dimanche 15 mars : les soirs de week-end, la diminution du volume sonore peut y atteindre 10 à 21 dB (A).

Le phénomène ne se limite pas à l'Île-de-France. L'observatoire de l'environnement sonore de la métropole lyonnaise, Acoucity, a noté une baisse de niveaux sonores atteignant « 4 dB à 6 dB pour les stations où la source sonore prédominante est le trafic routier » - soit une diminution de 60 % à 75 % de l'énergie sonore. Un calme relatif enveloppe aujourd'hui la place Bellecour à Lyon, l'allée Jean-Jaurès à Toulouse et la place Victor-Hugo à Grenoble.

## Évolution du bruit lié aux transports au sein de la zone dense francilienne - Indicateur Lden (bruit pondéré sur 24h)



La trêve concerne aussi les riverains des autoroutes, lignes TGV et routes nationales fréquentées dont les véhicules traversent d'habitude en mugissant les territoires moins peuplés. Gilbert habite à 250 mètres de l'autoroute A10 : « *Les six premières semaines de confinement, seuls quelques camions, principalement espagnols, ont circulé. Le trafic des poids-lourds est à 30 à 40 % de son niveau habituel. Il y avait même des moments, au début, où ils ne circulaient plus ! C'est une sensation merveilleuse de ne plus subir ce ronronnement incessant.* » Ceux qui habitent près d'aéroports éprouvent le même soulagement. « *Nous sommes passés d'un avion toutes les trois minutes en heure de pointe à plus rien* », décrit Marie-Christine, habitante de Limours (Essonne), une commune située sous le couloir aérien d'Orly.

**Neuf millions de Français sont exposés à des niveaux de bruit moyen considérés comme critiques**

Ces témoignages jettent une lumière crue sur les nuisances sonores habituellement endurées par la quasi-totalité des Français. Selon **un rapport de 2016** de l'Agence de la transition écologique (Ademe), 52 millions de personnes sont affectées par le bruit du transport routier [2], six millions par celui du trafic ferroviaire et quatre millions par le trafic aérien. Parmi elles, neuf millions sont exposées à des niveaux de bruit moyen considérés comme critiques, supérieurs à 55 voire 65 dB (A). Des valeurs pourtant largement supérieures aux **dernières**

recommandations de l'Organisation mondiale de la santé, comprises entre 45 et 53 dB (A) [3]. Les habitants d'Île-de-France sont en première ligne. « Si l'on se réfère aux recommandations de l'OMS, ce sont 90 % des Franciliens, soit 1,9 million de personnes, qui sont exposés à des niveaux de bruit néfastes pour leur santé », alerte Fanny Mietlicki, directrice de Bruitparif.

L'ampleur de la pollution sonore est d'autant plus grave que ses effets sur la santé sont dévastateurs. « Ce parasitage m'oblige inconsciemment à l'activité, que je sois fatiguée ou non. Je marche plus vite, mon rythme cardiaque est plus "speed", mon début de parole aussi », observe Manon, Rennaise. « La santé globale en pâtit. Nous prenons un traitement quotidien contre l'hypertension », témoignent Dominique et son mari, riverains de l'A10 et de la LGV.

Rien d'étonnant, explique le professeur de neurosciences Jean-Luc Puel, président de la Journée mondiale de l'audition : « Le premier risque lié au bruit auquel on pense est la surdité, qui peut survenir lorsqu'on est exposé à plus de 80 dB - boîte de nuit, concert, certaines usines. Mais le bruit, même modéré, provoque une augmentation du rythme cardiaque et de la tension artérielle. » Si le bruit se répète, l'excitation se change en fatigue puis en stress, aisément mesurable à une augmentation du cortisol dans le sang. « S'il survient la nuit, il dérègle le sommeil et ses différentes phases, complète le Pr Puel. On se réveille après avoir dormi suffisamment d'heures mais sans se sentir reposé. »

Les effets à long terme peuvent être graves : une étude de 2016 met en évidence un lien entre l'exposition au bruit de riverains d'aéroports français et la mortalité par maladie cardiovasculaire, cardiopathie ischémique et infarctus du myocarde. Selon Bruitparif, 107.766 années de vie en bonne santé sont perdues chaque année au sein de la zone dense francilienne à cause de l'exposition au bruit des transports — jusqu'à plus de trois ans d'espérance de vie en bonne santé pour un habitant de Compans (Seine-et-Marne), Ablon-sur-Seine ou Villeneuve-le-Roi (Val-de-Marne) exposé à la fois au trafic aérien et terrestre. Au-delà du drame humain, le coût supporté par la société pour la prise en charge des conséquences sanitaires du bruit est faramineux : 11,5 milliards d'euros par an, ont calculé l'Ademe et le Conseil national du bruit.

Si le confinement a eu pour effet vertueux d'atténuer ces nuisances liées aux transports, il en a entraîné d'autres. « Ma compagne tape sur son clavier avec force et vitesse, en continu, quand elle ne hurle pas au téléphone ou en visioconférence », s'énerve Valentin. « Entre télévision, Netflix et musique de tous genres, ma tête va finir par exploser », craque Rufette [4].

Quand ce ne sont pas les cohabitants, ce sont des voisins trop bruyants qui pourrissent la vie. « Hier, conférence téléphonique en anglais pour tous, chiards qui braillent, concierge qui prend la cour pour un réseau social, voisin qui se mouche H24 à la fenêtre. Mon humeur : furieux », se plaint Amok [5], dans le XV<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Les zones rurales ne sont pas épargnées. « Dans mon village, le bruit de nombreuses et diverses machines de bricolage et de jardinage

est incessant », raconte Stéphanie.



Malgré ces tensions, l'effet du confinement sur l'environnement sonore reste largement positif. Comme si le calme retrouvé permet de renouer avec une humanité perdue. « *La semaine dernière, il faisait beau, tout le monde avait la fenêtre ouverte. Les bruits de la vie privée se mélangeaient en un tout public ravissant. On se serait cru dans le Sud. Le silence de la ville nous permettait de discuter de fenêtre en fenêtre, sans forcer la voix. Il nous rapproche* », savoure Hervé, du 14<sup>e</sup> arrondissement de Paris. « *On entend les gens, pas les bruits de leurs objets qui les rendent anonymes* », abonde Aurélie, de Rennes. À Chartres (Eure-et-Loir), Olivier a même observé une prise en charge collective du climat de sérénité dans son quartier : « *Les voisins sont attentifs à tondre au même moment afin de conserver un silence bienfaiteur le reste du temps.* »

Des personnes marginalisées, habituellement invisibles, sont devenues audibles par leurs voisins désormais obligés de leur prêter attention. « *La nuit, la rue appartient [aux toxicomanes], en difficulté à cause de la situation actuelle*, raconte Maxime, habitant du 18<sup>e</sup> arrondissement de Paris. Il décrit des supplications de mendiants, des disputes, des conversations hallucinées et solitaires. « *Le son des embrouilles de rue la nuit est souvent moralement déchirant.* » Hervé a été surpris par les cris des détenus de la prison de la Santé, non loin de chez lui : « *Paradoxe et ironie de la situation : notre confinement permet aux paroles des prisonniers de s'évader. C'était la première fois en six ans que je les entendais. Non seulement on les enferme, mais en plus la ville, notre vie les ensevelit dans notre surdité*

urbaine. »

## Certains confinés en ont profité pour s'initier aux joies de l'ornithologie

Mais c'est surtout les bruits de la nature qui ont sauté aux oreilles de toutes et tous, ruraux comme citadins. « *Un vrai bonheur* » pour Manon, Rennaise : « *Les chants des oiseaux sont variés, les communications nombreuses.* » Certains en ont profité pour s'initier aux joies de l'ornithologie. « *En une semaine j'ai appris à reconnaître huit oiseaux en plus des squatteurs habituels que sont les pigeons, canards, cormorans, merles, rouges-gorges, corvidés et chouettes – je suis trop fière* », se rengorge Natalie, qui vit près de la rivière à Chinon (Indre-et-Loire).

D'autres sons végétaux et animaux, plus surprenants, ont profité du calme pour s'épanouir. « *On peut aussi faire mieux attention au bourdonnement des insectes* », apprécie Michel, dans l'Aisne. « *On entend le croassement des grenouilles, c'est inédit* », rapporte Stéphanie Alfred, de l'association Agir A10, à Villeperdue (Indre-et-Loire). Franck, qui habite dans la banlieue est de Paris, à une centaine de mètres de l'autoroute A4, a remarqué pour la première fois « *le bruit de la brise dans les feuilles des arbres, à quinze mètres de mon appartement.* » « *Un dimanche matin, j'ai pris mon vélo pour aller écouter la Seine. Elle vit. Je ne le savais pas ; je l'avais vue, mais jamais entendue* », admire Hervé, frappé par « *le feulement sourd des flots du fleuve sous le pont Saint-Michel* ». Des émois qui n'étonnent pas l'audionaturaliste vosgien Marc Namblard : « *Le problème des bruits de moteur est qu'ils masquent d'autres sons plus ténus, plus subtils, qui finissent par disparaître de notre champ de perception, de surprise et d'émerveillement.* »



Habituellement crispés par le bruit, les corps et les esprits se sont relâchés. *« Je ressens beaucoup de plénitude, voire de la joie s'exclame Manon, malade chronique. Au lieu de quitter mon appartement vers 8 h 15 pour rejoindre l'arrêt de bus, supporter la radio pourrie du chauffeur et le bruit du trafic urbain, je peux débiter ma journée de travail en douceur. Je suis plus calme, plus efficace. »* Yenna Marre Épicétou [6], qui souffre d'hyperacousie, une tolérance au bruit anormalement basse, vit le confinement comme *« une bénédiction pour [ses] oreilles, [son] moral, [sa] santé. Malentendante, confinée seule, je ne suis plus confrontée à ce handicap. »*

Reste que la trêve pourrait être de courte durée. Adrien, de Nantes (Loire-Atlantique), a remarqué une reprise du bruit ces derniers jours : *« Les annonces de déconfinement ont entraîné une montée du volume sonore. Ce n'est pas le bruit de fond habituel, mais j'ai la sensation qu'on est en train de "chauffer les moteurs" pour la reprise. »* *« Les trains de fret, notamment les gros bobinages d'acier, recirculent »*, ajoute DrNaud [7] depuis la métropole lilloise. *« De retour, les bruits de moteur me rappellent l'odeur de l'essence et du bitume et je ferme ma fenêtre. Je préférerais me sentir liée à mon environnement par les sons, mais ce n'est plus possible maintenant que le trafic reprend petit à petit »*, regrette Noémie, Parisienne confinée dans un petit studio.

La période de confinement va-t-elle entraîner une prise de conscience et une prise en charge collective des nuisances sonores ? *« Dans ce contexte de calme, les gens font l'expérience du plaisir d'écouter. Il est possible que cela remette en avant l'enjeu de la qualité de*

*l'environnement sonore* », espère Fanny Mietlicki, de Bruitparif.

## De nombreuses associations se battent contre les nuisances sonores mais se heurtent au pouvoir des lobbies

Lentement, au tournant des années 2000, une réglementation et un début d'action politique française et européenne s'est mise en place. Dans le cadre du « *plan bruit* » 2009-2020, l'Agence de la transition écologique (Ademe) a distribué une enveloppe de 140 millions d'euros pour le financement de l'insonorisation des 300.000 logements anciens considérés comme « *points noirs du bruit* », laissant entrer un vacarme supérieur à 55 dB (A) voire 73 dB (A) [8]. « *Mais rien n'est prévu ensuite alors que le problème est loin d'être réglé*, alerte Emmanuel Thibier, de l'Ademe. *Nous avons chiffré les besoins à une centaine de millions d'euros par an pendant vingt ans.* »



De nombreuses associations, comme Défense riverains aéroport Paris-Orly (Drapo), l'association contre l'extension et les nuisances de l'aéroport Lyon-Saint-Exupéry (Acenas), l'Association de défense des riverains de l'aéroport de Bâle-Mulhouse (Adra) ou Agir A10, se battent contre les nuisances qu'ils subissent – bruit, pollution atmosphérique, décote immobilière –, mais se heurtent au pouvoir des lobbies dans l'indifférence générale. « *On sait très bien qu'on ne va pas faire fermer l'aéroport, mais on voudrait au moins un couvre-feu entre 23 h et 5 h du matin* », dit Francis Huet, de l'Acenas. Même combat acharné mais difficile



du côté l'association Agir A10 : « Une solution serait les revêtements enrobés anti-bruit, obligatoires aux Pays-Bas. Mais la France freine des quatre fers car ils coûtent plus cher, nécessitent des machines spéciales et procurent de moindres marges aux grands groupes de BTP. »

Ceux qui en ont les moyens fuient vers des endroits plus calmes. Pour Célia, son conjoint et leur fillette, le déménagement est prévu en juin. Originaires de communes rurales de la Manche, ils sont sur le point d'y retourner après plusieurs années passées dans la rumeur incessante de la métropole lyonnaise : « Comme on venait d'un coin calme, on a remarqué tout de suite que le bruit nous dérangeait. La troisième année, il nous a donné envie de partir. » La solution miracle ? Pas pour Charlotte, locataire à Vendargues (Hérault), 6.232 habitants : « Je rêve de vivre dans un environnement peu bruyant, mais nous déménageons prochainement à Prades – une ville moyenne – pour pouvoir utiliser nos vélos le plus possible. Un compromis entre la campagne où l'on est plus au calme mais où l'on doit se déplacer tout le temps en voiture... »

---

[1] Une valeur exprimée en dB (A) est l'évaluation en décibels d'un niveau sonore avec la pondération A de la norme CEI 61672-1 [Électroacoustique – Sonomètres](#), établie pour tenir compte de la sensibilité moyenne, à un faible volume sonore, des personnes ayant une audition considérée comme normale, pour chaque bande de fréquences.

[2] À un niveau supérieur à 42 db (A), selon un [indicateur Lden](#) – indicateur de bruit global pour une journée complète de 24 heures.

[3] D'autant plus que l'échelle des décibels n'est pas linéaire mais logarithmique, c'est-à-dire que trois décibels supplémentaires correspondent à un doublement de l'intensité sonore.

[4] Pseudo Twitter.

[5] Pseudo Twitter.

[6] Pseudo Twitter.

[7] Pseudo Twitter.

[8] Les « *points noirs du bruit* » sont définis par les seuils suivants, différents selon le type de transport :

- Bruit routier : > 70 dB (A) niveau sonore équivalent (LAeq) jour (6 h-22 h), > 65 dB (A) LAeq nuit (22 h-6 h), > 68 dB (A) Lday-evening-night (Lden, indicateur du niveau de bruit global pendant une journée), > 62 dB (A) Lnight (Ln, 22 h-6 h) ;  
> 73 dB (A) LAeq jour, > 68 dB (A) LAeq nuit, > 73 dB (A) Lden, > 65 dB (A) Ln ;
- Voie ferrée conventionnelle : > 73 dB (A) LAeq jour, > 68 dB (A) LAeq nuit, > 73 dB (A) Lden, > 65 dB (A) Ln ;
- Cumul voie ferrée/route : > 73 dB (A) LAeq jour, > 68 dB (A) LAeq nuit, > 73 dB (A) Lden, > 65 dB (A) Ln ;
- Trafic aérien : 55 dB (A) Lden (pas de valeur limite réglementaire Ln).

---

**Lire aussi :** [Dans les cités silencieuses, les scientifiques à l'écoute de la biodiversité retrouvée](#)

---

**Source :** Émilie Massemin pour *Reporterre*

**Photos :**

- . chapô : Deauville pendant le confinement. LOU BENOIST / AFP
- . Un merle. Maritè Toledo / [Flickr](#)
- . Grenouille verte. M C / [Flickr](#)
- . Périphérique le 7 mai 2020 à Porte de Montreuil (Ile-de-France). Elsa Bastien/*Reporterre*

- Emplacement : [Accueil](#) > [Editorial](#) > [Enquête](#) >
- Adresse de cet article : <https://reporterre.net/Le-confinement-a-permis-le-retour-du-silence-et-du-plaisir-d-ecouter>