

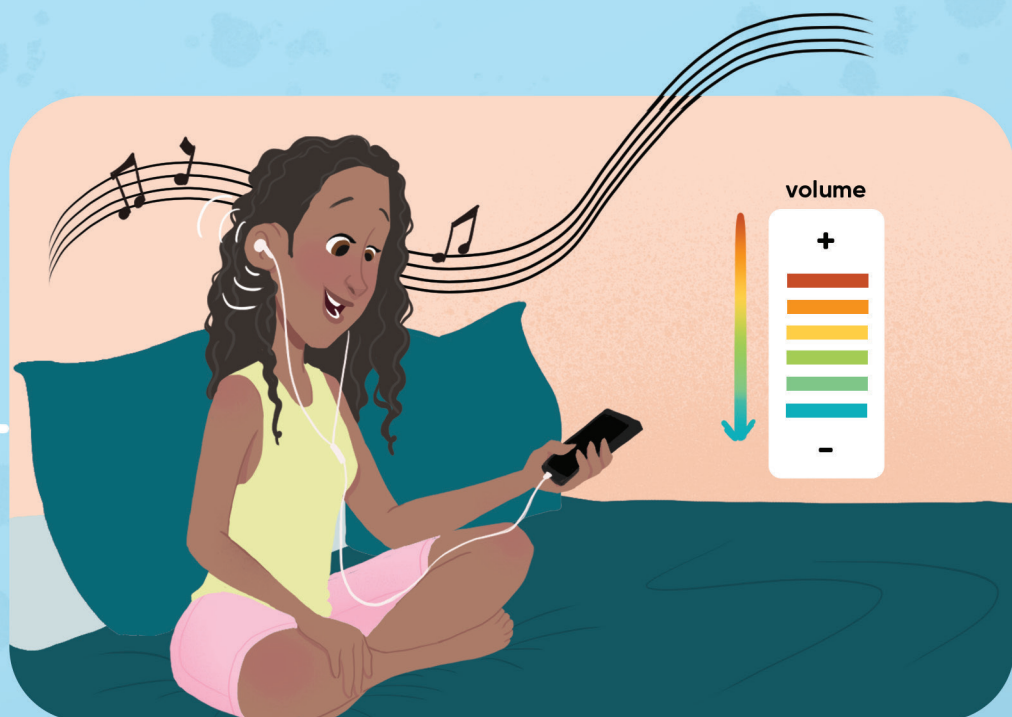
DÎTES "OUIE" À VOS OREILLES AGISSONS POUR LES PRÉSERVER



Préservez nos oreilles en portant des protections auditives, nos alliées face aux bruits sonores.
(casque anti-bruit ou bouchon d'oreilles)



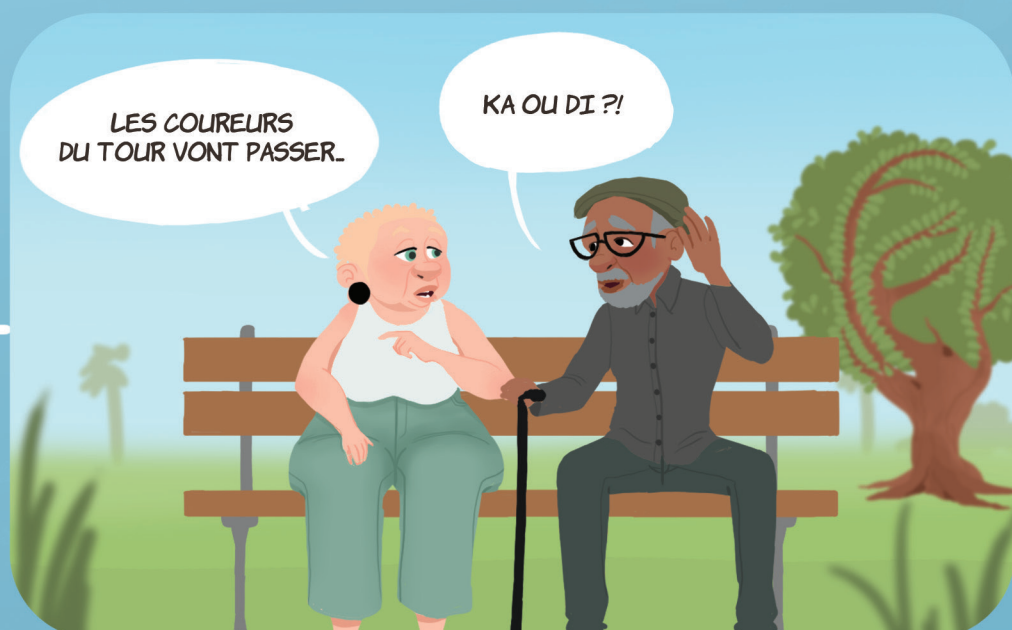
Accordons-nous des temps de pause régulièrement après une forte stimulation auditive.
(une pause de 10 min toutes les 45 min ou 30 min toutes les 2h)



Adoptons une bonne hygiène de l'oreille.
Privilégions un spray nettoyant pour prévenir et soigner nos oreilles.



Consultons au moins une fois par an un spécialiste de l'audition en prévention des différents symptômes.
(oreilles douloureuses ou bouchées, acouphène, perte l'audition, vertiges, ronflements, apnée du sommeil...)



Test auditif en ligne

Les gestes de prévention au quotidien