



Swiss Acoustical Society
Société Suisse d'Acoustique
Schweizerische Gesellschaft für Akustik
Società Svizzera di Acustica
Internet: www.sga-ssa.ch



Communiqué aux médias

Journée contre le bruit du 29 avril 2026



Le calme contribue à la santé, alors que le bruit rend malade.

Le bruit n'est pas seulement une nuisance, il peut rendre malade. En Europe, plus d'une personne sur cinq¹ est exposée à des niveaux nocifs de bruit du trafic, selon le dernier rapport de l'Agence européenne pour l'environnement, qui mentionne également des conséquences parfois graves comme des maladies voire des décès prématurés. Une raison suffisante pour attirer l'attention sur les effets du bruit sur notre santé, à l'occasion de la « Journée contre le bruit » du 29 avril 2026.

Plus qu'une simple nuisance

Le bruit est généralement perçu comme une nuisance, à laquelle on associe souvent des troubles du sommeil. Or son impact sur notre santé est bien plus significatif et plus néfaste : maladies cardio-vasculaires, troubles métaboliques ou psychiques, décès prématurés.

En Europe, l'exposition chronique au bruit du trafic contribue à environ 73 000 décès prématurés par an. Elle est également associée quelque 49 000 nouvelles affections cardio-vasculaires et environ 23 000 nouveaux cas de diabète de type 2 par an. De récentes recherches indiquent par ailleurs que le bruit du trafic peut aussi contribuer à des milliers de cas de dépression et de démence¹ en Europe.

Les enfants et les adolescents sont eux aussi affectés par le bruit excessif : retards d'apprentissage, troubles cognitifs ou risque accru de surpoids figurent parmi les conséquences possibles. Ces effets peuvent également se répercuter à l'âge adulte. Par rapport aux autres risques environnementaux pour la santé, le bruit du trafic figure parmi les plus importants en Europe, juste après la pollution de l'air.

Le calme, un allié santé de premier ordre

Le calme favorise la récupération physique et psychique. Il permet au corps de se détendre, la tension artérielle baisse, les symptômes de stress diminuent et la capacité de concentration augmente. Il est une ressource naturelle précieuse, indispensable pour être en bonne santé. L'accès à des lieux publics calmes est d'autant plus important, en particulier pour les personnes qui vivent dans des environnements bruyants. Ces espaces de retrait offrent non seulement du repos, mais favorisent également les interactions sociales.

Une planification territoriale prudente doit protéger, promouvoir et créer des lieux de détente calmes à proximité des habitations, au profit de notre bien-être et de notre santé.

Le coût du bruit en Suisse

Le problème des nuisances sonores doit également être considéré du point de vue économique. En Suisse, les coûts totaux du bruit lié aux transports (route, rail, air) s'élevaient à environ de 3 milliards de francs en 2022². Ce chiffre intègre tant les coûts de la santé liés au bruit (1,7 milliard) que la perte de valeur des biens immobiliers (1,3 milliard). Le volet santé comprend notamment les traitements, le manque à gagner, le remplacement du personnel ainsi que les coûts immatériels tels que la diminution de la qualité de vie. L'ensemble de ces coûts est supporté par la collectivité et non par les responsables.

Le bruit est l'ennemi du bien

L'importance des mesures de réduction du bruit, ainsi que de la préservation et de la création de lieux de détente calmes. Parallèlement, chacun peut contribuer à un environnement plus calme.

La manière la plus efficace de réduire le bruit consiste à limiter les émissions sonores à la source : choix de modes de transport adaptés, respect des périodes de repos, utilisation de véhicules et d'appareils peu bruyants, etc. Porter un regard critique sur sa propre production de bruit constitue déjà un premier pas vers un avenir plus calme – pour nous toutes et tous.

Pourquoi le bruit cause-t-il un stress physique ?

L'organisme et l'ouïe de l'homme sont adaptés à l'environnement sonore d'un paysage naturel qui n'existe plus depuis longtemps. Autrefois, les bruits forts et inhabituels étaient un signal de danger. En réaction, le corps humain augmentait son état d'alerte, c'est-à-dire sa disposition à fuir ou à se battre. Si, au cours de l'évolution, notre environnement sonore s'est sensiblement modifié et que nous sommes désormais entourés en permanence d'une multitude de bruits techniques divers et variés, notre corps réagit toujours comme celui de nos ancêtres, et le stress ainsi généré porte atteinte à notre bien-être et à notre santé.

Pollution sonore en Suisse

- OFEV, thème Bruit : [État de l'exposition au bruit en Suisse](#)
- OFEV, thème Bruit : [Le bruit, facteur de nuisance pour la santé, l'économie et la société](#)
- ARE : [Coûts et bénéfices externes des transports](#)

Plus de 20 ans de lutte contre le bruit

En 2005, la Suisse participait pour la première fois activement à la Journée contre le bruit. Depuis, cette journée d'action aborde chaque année la thématique du bruit sous un autre angle afin de sensibiliser les autorités, les spécialistes et la population. Cette journée est portée par le Cercle Bruit Suisse (Groupement des responsables cantonaux de la protection contre le bruit), la Société Suisse d'Acoustique, les Médecins en faveur de l'Environnement et la Ligue suisse contre le bruit, avec le soutien de l'Office fédéral de l'environnement (OFEV) et de l'Office fédéral de la santé publique.

Sources

- ¹ Agence européenne pour l'environnement : [Environmental noise in Europe 2025, EEA report 05/2025](#) (en anglais uniquement)
- ² ARE : [Coûts et bénéfices externes des transports](#)

Annexe

- Liste des personnes de contact pour les journalistes

Liens

- Site officiel de la Journée contre le bruit : www.bruit.ch/2026
- Agence européenne pour l'environnement : [Environmental noise in Europe 2025, EEA report 05/2025](#) (en anglais uniquement)
- Dossier de l'OFEV sur le bruit : [Le calme, un luxe ? Non, une nécessité !](#)
- OFEV, thème Bruit : [Le bruit, facteur de nuisance pour la santé, l'économie et la société](#)
- OFEV, thème Bruit : [État de l'exposition au bruit en Suisse](#)
- ARE : [Coûts et bénéfices externes des transports](#)

Service de coordination de la Journée contre le bruit

Umsicht, Agentur für Umwelt & Kommunikation

Andrea Kaufmann

Klosterstrasse 21a

6003 Lucerne

076 540 69 48

041 410 51 52

www.bruit.ch/2026

nad@laerm.ch



La journée d'action est soutenue par :



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral de l'environnement OFEV

Office fédéral de la santé publique OFSP