

Entretien de vos PICB

Comment les nettoyer ?



Casque anti-bruit

Nettoyer les coussinets **régulièrement** à l'eau savonneuse
Les **rincer** à l'eau claire et les **sécher**



Bouchons pré-moulés

Les nettoyer **régulièrement** à l'eau savonneuse
Les **rincer** à l'eau claire et les **sécher**



Bouchons moulés

Suivre les **recommandations du fabricant**

Comment bien les conserver ?



Dans un endroit **propre** et **sec**
Dans un **boîtier** ou **sac hermétique**
Pour les casques : **appuyer les coussinets** l'un contre l'autre
en plaçant une protection entre les deux

Quand les changer ?



Consulter la **notice** et suivre **les instructions du fabricant**
Examiner **fréquemment** le PICB pour identifier toute
détérioration



LES PROTECTEURS AUDITIFS

Comment bien les porter ?

©-COM-PL-054-V0-20230615

6 bis rue de la Saône
CS 71104
54 523 Laxou Cedex
Tel : 03 83 36 67 75

www.alsmt.org

Scannez-moi !



LES PROTECTEURS AUDITIFS

Comment bien les porter ?

Les Protections Individuelles Contre le Bruit (PICB)

Les bonnes pratiques à appliquer !

- 1 Lire la notice du fabricant au préalable
- 2 Se laver les mains avant la mise en place des PICB
- 3 Mettre les PICB avant d'entrer dans un lieu bruyant
- 4 Porter en permanence les PICB durant toute l'exposition au bruit
- 5 Retirer les PICB uniquement après être sorti de la zone bruyante



Comment bien se protéger contre le bruit ?

Si vous portez des PICB **obstruant le conduit auditif**

		Étapes									
Types de bouchons			Modelez le bouchon de manière à former un tout petit cylindre de 2 à 3 mm.		Placez le bras opposé à l'oreille par dessus la tête. Attrapez l'oreille en la tirant vers le haut et légèrement en arrière.		Insérez progressivement le bouchon dans le conduit auditif, tout en bougeant la mâchoire.		Attendez 30 secondes jusqu'à ce que le bouchon prenne forme.		Après insertion des bouchons, placez les mains sur les oreilles puis relâchez. Si vous ne percevez aucune différence, cela signifie que vos bouchons sont bien insérés.
			✓		✓		Le bouchon doit être comprimé.	✓		✓	
			✓		✓		En appliquant une légère rotation vers l'arrière puis vers l'avant en l'enfonçant dans le conduit.			✓	

Si vous portez des PICB **recouvrant le pavillon de l'oreille**

		Étapes							
Types de coquilles			Dégagez les cheveux pour éviter qu'ils ne se glissent entre les coquilles et les oreilles.		Placez les coquilles sur chaque oreille.		Réglez le serre-tête à bonne hauteur de manière à couvrir entièrement les oreilles.		✓
			✓		✓				✓