Comment mesurer le bruit des voisins pour déposer une plainte (guide pas à pas)

Le bruit des voisins vous empêche de dormir ? Apprenez à mesurer les décibels avec votre téléphone, à documenter les nuisances avec horodatage et rapports, et à déposer une plainte efficace.

Auteur: Lubor Šimůnek · Publié: April 18, 2026 · Productivité

Version en ligne: https://appstoryo.com/fr/blog/how-to-measure-neighbor-noise

Comment mesurer le bruit des voisins pour déposer une plainte (guide pas à pas)

Le bruit des voisins est l'une des sources de stress les plus courantes en immeuble. Qu'il s'agisse de musique aux basses puissantes tard le soir, d'un chien qui aboie à l'aube ou de pas qui font vibrer votre plafond, l'exaspération monte vite. Le problème, c'est que dire à votre propriétaire que « c'est vraiment bruyant » n'aboutit presque jamais à une action. Ce qui fonctionne, ce sont des données froides et mesurables : des relevés en décibels avec dates, heures et durées.

Ce guide vous explique précisément comment mesurer le bruit de vos voisins en vue d'une plainte, étape par étape. Vous découvrirez ce que signifient réellement les niveaux de décibels, comment les enregistrer correctement et comment présenter vos preuves sous une forme qu'un propriétaire, un syndic ou une autorité locale prendra au sérieux. Le seul outil nécessaire est votre iPhone et une application gratuite appelée **NoiseLedger**, qui transforme votre téléphone en sonomètre calibré avec journalisation des sessions et export de rapports intégrés.

Téléchargez NoiseLedger gratuitement sur iOS

Quel niveau sonore est trop élevé ? Comprendre les limites en décibels

Avant de commencer à mesurer, il est utile de comprendre l'échelle des décibels. Les décibels (dB) mesurent l'intensité sonore sur une échelle logarithmique : chaque augmentation de 10 dB correspond approximativement à un doublement de la sonie perçue. Voici un tableau de référence rapide des sons courants et de leurs niveaux approximatifs en décibels :

Son	Niveau approximatif en dB
Chuchotement	30 dB
Bibliothèque silencieuse	40 dB
Conversation normale	60 dB

Son	Niveau approximatif en dB
Aspirateur	70 dB
Circulation dense en ville	80 dB
Tondeuse à gazon	90 dB
Concert de rock / discothèque	110 dB
Réacteur d'avion à 100 m	130 dB

La plupart des règlements sur le bruit fixent des limites en deux plages horaires. En journée (généralement de 7 h à 22 h), le niveau de bruit ambiant acceptable en zone résidentielle se situe habituellement entre 55 et 65 dB. Après 22 h et avant 7 h, les limites descendent à 45 à 55 dB. Certaines communes mesurent en limite de propriété, d'autres à l'intérieur du logement concerné. Ces seuils varient fortement selon la ville, le département et le pays : consultez donc le règlement local sur le bruit pour connaître les valeurs exactes qui s'appliquent à vous.

Pour situer les choses : si la musique de votre voisin atteint 65 dB à l'intérieur de votre appartement après 22 h, elle dépasse presque certainement la limite nocturne dans la plupart des juridictions. C'est exactement le type de donnée qui transforme une plainte vague en dossier exploitable.

Gardez aussi à l'esprit qu'une exposition prolongée à des niveaux sonores élevés est un enjeu de santé. À titre de référence professionnelle, les limites d'exposition au bruit de l'OSHA et du NIOSH fixent des niveaux d'action à 85 dB sur une journée de 8 heures. Votre domicile devrait être nettement plus calme que cela.

Ce qu'il faut réunir pour documenter une plainte pour bruit

Une plainte pour bruit efficace repose sur des preuves, pas sur des émotions. Voici ce que vous devez rassembler :

- **Un smartphone équipé d'une application sonomètre fiable.** Le micro de votre téléphone peut mesurer les niveaux de pression acoustique avec une précision correcte, surtout si l'application prend en charge le calibrage.
- **Un journal systématique.** Chaque entrée doit indiquer la date, l'heure de début et de fin, la durée, les niveaux mesurés en dB (minimum, moyen et maximum) et une brève description de la source du bruit.
- **Plusieurs mesures réparties sur plusieurs jours.** Un relevé isolé se balaie facilement d'un revers de main. Un schéma qui se répète sur une semaine ou plus démontre que la nuisance est chronique et non ponctuelle.

Les plaintes subjectives du type « mon voisin est bruyant » sont difficiles à traiter pour un propriétaire ou une autorité. En revanche, un journal montrant que la musique à basses a atteint 72 dB dans votre chambre à 23 h 45 quatre vendredis de suite, c'est tout autre chose. Les données font passer la discussion de l'opinion au fait.

Comment mesurer le bruit étape par étape

Étape 1 — Télécharger une application sonomètre fiable

Toutes les applications de mesure sonore ne se valent pas. Beaucoup sont truffées de publicités, exigent un compte ou envoient vos données vers des serveurs distants. Pour documenter le bruit des voisins, il vous faut une application précise, respectueuse de la vie privée et capable de journaliser des sessions dans la durée.

NoiseLedger est une application iOS gratuite conçue spécifiquement pour la mesure et la documentation du bruit. Elle affiche des relevés en dB en temps réel avec les modes de réponse FAST et SLOW, suit les valeurs MIN, LEQ (niveau continu équivalent) et MAX par session, et intègre une analyse spectrale FFT pour voir quelles fréquences dominent. Aucune publicité, aucun compte requis, et aucune donnée ne quitte jamais votre appareil.

Pour les résultats les plus précis, envisagez de calibrer l'application. NoiseLedger prend en charge le calibrage via une valeur de décalage et propose la pondération A (qui imite la sensibilité de l'oreille humaine) comme la pondération Z (réponse plate, non pondérée). La pondération A est la norme pour les plaintes pour bruit car elle reflète la façon dont l'humain perçoit la sonie. Si vous disposez d'une source sonore de référence ou d'un sonomètre calibré, vous pouvez ajuster le décalage pour rapprocher les relevés de votre téléphone de ceux d'un instrument professionnel. Même sans calibrage, les microphones des iPhone récents sont raisonnablement précis dans la plage de 40 à 90 dB, qui couvre la majorité des situations de bruit résidentiel. Pour approfondir, consultez notre article sur la précision des applications sonomètres sur smartphone.

Téléchargez NoiseLedger gratuitement sur iOS

Étape 2 — Préparer votre session de mesure

Ouvrez NoiseLedger et démarrez une nouvelle session d'enregistrement. Avant de capturer les données audio, prenez un instant pour organiser la session afin que la preuve soit claire et facile à interpréter par la suite.

Donnez un titre à votre session, quelque chose de descriptif : « Musique à basses du voisin — vendredi soir » ou « Chien qui aboie — appartement 4B le matin ». Ce titre apparaîtra sur le rapport exporté, alors rendez-le parlant.

Ajoutez des étiquettes pour catégoriser le type de bruit. Des étiquettes comme « musique-voisin », « chien-aboiement », « travaux » ou « fête » vous aident à trier et filtrer vos sessions quand vous en accumulez plusieurs. Si vous constituez un dossier sur plusieurs semaines, un étiquetage cohérent facilite grandement le regroupement des incidents liés.

Ajoutez des notes avec un contexte précis : « Musique à basses commencée vers 23 h 30. Murs qui vibrent. Voisin sollicité à 23 h 45 pour baisser le volume, sans effet. » Les notes ajoutent une couche narrative aux données brutes et figurent dans le rapport exporté.

Vous pouvez aussi poser des **marqueurs** pendant une session pour signaler des moments précis — par exemple lorsque le bruit s'emballe soudainement ou quand vous entendez un son particulier comme un coup de caisson de basses ou une porte claquée. Les marqueurs sont horodatés et apparaissent sur la frise chronologique de la session, ce qui permet de

relier facilement des événements précis aux relevés en dB.

Étape 3 — Enregistrer aux heures de pic de bruit

Le moment compte. Mesurer le bruit ambiant à 14 h un mardi n'aidera pas votre plainte au sujet des fêtes du week-end. Concentrez vos enregistrements sur les créneaux où la nuisance se produit réellement.

Créneaux de bruit les plus fréquents :

- Les soirées en semaine, surtout de 21 h à minuit
- Les nuits du vendredi et du samedi après 22 h
- Le petit matin (5 h à 7 h) pour les aboiements ou les chantiers
- Le dimanche matin pour le matériel de jardinage ou la musique

Chaque enregistrement doit durer au moins 30 secondes pour obtenir une valeur LEQ (moyenne) significative. Pour les bruits intermittents comme un chien qui aboie, des sessions plus longues de 5 à 15 minutes représenteront mieux le phénomène. Pendant la session, NoiseLedger suit en continu les niveaux minimum, moyen et maximum en dB : vous n'avez donc pas à guetter le moment parfait, l'application capture tout.

Placez votre téléphone dans la pièce où vous subissez le plus le bruit, idéalement sur une surface plane à hauteur d'oreille et à au moins un mètre des murs ou des fenêtres pour éviter les réflexions qui fausseraient les relevés. Ne tenez pas le téléphone à la main : le contact avec le corps peut étouffer le micro.

Répétez les mesures sur plusieurs jours. Un enregistrement isolé peut tomber sur une nuit exceptionnellement bruyante, ou exceptionnellement calme. Constituer un journal sur au moins cinq à sept jours (week-end compris) établit un schéma bien plus difficile à écarter. Si vous démontrez que le bruit dépasse la limite locale à plusieurs reprises, votre plainte pèse nettement plus lourd.

Étape 4 — Exporter vos preuves

Des chiffres bruts sur l'écran de votre téléphone vous sont utiles à vous, mais un propriétaire ou un agent chargé du contrôle du bruit a besoin de quelque chose de plus présentable. NoiseLedger propose deux formats d'export conçus exactement pour cet usage.

L'export de rapport PNG génère un résumé visuel et net de la session. Le rapport comprend le titre de la session, la date et l'heure, la durée, les valeurs MIN/LEQ/MAX en dB, et un graphique chronologique montrant l'évolution des niveaux sonores pendant l'enregistrement. C'est le format à joindre aux e-mails et aux formulaires de plainte : il est immédiatement compréhensible, même par quelqu'un qui n'a jamais utilisé de sonomètre.

L'export de données CSV vous fournit les données horodatées brutes dans un format compatible tableur. C'est utile si vous devez agréger les données de plusieurs sessions, calculer des moyennes ou présenter des preuves détaillées dans une procédure judiciaire ou administrative.

Pour une référence visuelle rapide, vous pouvez également faire une capture d'écran de l'écran de mesure affichant les valeurs MIN, LEQ et MAX en cours avec l'indication dB en

temps réel. Cela convient bien aux échanges informels, comme un SMS à un voisin ou un e-mail rapide à votre propriétaire.

Comment exploiter vos données de bruit

Parler à votre voisin

Dans bien des cas, une conversation directe est la voie la plus rapide vers une solution. L'essentiel est de rester non conflictuel. Plutôt que de dire « tu fais trop de bruit », essayez : « Je mesure les niveaux sonores dans mon appartement, et les relevés montrent que ta musique atteint 68 dB dans ma chambre après 23 h. La limite locale de nuit est de 50 dB. On peut trouver un compromis ? »

Montrer des données réelles retire l'émotion de la discussion. Il est plus difficile de contester un graphique et des chiffres qu'une plainte subjective. Beaucoup de gens ignorent sincèrement à quel point le son traverse les murs, et voir les données suffit parfois à déclencher un changement.

Déposer une plainte auprès de votre propriétaire

Si parler à votre voisin ne donne rien, l'étape suivante est une plainte formelle auprès de votre propriétaire ou de la société de gestion immobilière. Une plainte solide comporte :

- Une description écrite du problème de bruit persistant
- Les dates et heures des nuisances documentées
- Les rapports PNG exportés depuis NoiseLedger indiquant les niveaux en dB de chaque incident
- Une référence au règlement local sur le bruit applicable et à ses limites
- Une mention des tentatives antérieures de résoudre la situation à l'amiable

Joignez les rapports PNG exportés à votre e-mail ou à votre courrier. Le format visuel permet au propriétaire de voir d'un coup d'œil que le bruit dépasse les limites acceptables. Si vous avez plusieurs sessions, exportez-les toutes et joignez-les toutes : le schéma d'ensemble compte autant que n'importe quel relevé isolé.

Déposer une plainte officielle pour bruit

Quand le propriétaire ne réagit pas ou que la situation implique des infractions graves ou répétées, il peut être nécessaire de saisir les autorités locales. Dans la plupart des communes, vous pouvez signaler une nuisance sonore au numéro non urgent de la police, au service municipal compétent ou à un organisme dédié au contrôle du bruit.

Lorsque vous contactez les autorités, fournissez le même dossier de preuves : descriptions écrites, rapports PNG NoiseLedger et exports de données CSV s'ils sont demandés. Certaines juridictions acceptent les mesures issues d'applications comme preuve d'appui, tandis que d'autres enverront un agent muni d'un sonomètre professionnel calibré. Dans tous les cas, votre historique documenté de mesures met en évidence un schéma qui appuie leur enquête.

Si la plainte débouche sur une procédure — tribunal de proximité, litige lié au bail ou séance

de médiation —, les données horodatées et exportées de NoiseLedger constituent une preuve d'appui crédible. Les tribunaux apprécient généralement une mesure documentée et systématique davantage qu'un témoignage informel.

Pourquoi NoiseLedger est le meilleur outil pour documenter le bruit

Il existe de nombreuses applications sonomètres, mais la plupart sont pensées pour des relevés ponctuels et rapides. NoiseLedger est conçue précisément pour la mesure suivie et documentée qu'exigent les plaintes pour bruit. Voici ce qui la distingue :

- **Une architecture axée sur la confidentialité.** NoiseLedger fonctionne entièrement hors ligne. Aucune donnée n'est envoyée où que ce soit, aucun compte n'est nécessaire et il n'y a aucun traçage. Vos données de bruit restent sur votre appareil et n'en sortent que lorsque vous les exportez explicitement.
- **Un historique de sessions avec étiquettes et marqueurs.** Chaque enregistrement est sauvegardé avec son titre, ses étiquettes, ses notes et ses marqueurs. Vous pouvez parcourir des semaines de sessions et retrouver instantanément les enregistrements qui comptent.
- **Une analyse spectrale FFT.** Au-delà des simples relevés en dB, NoiseLedger montre quelles fréquences dominent le bruit. C'est utile pour identifier le type de nuisance : la musique à basses présente une signature basse fréquence visuellement évidente sur le spectre, ce qui peut renforcer votre plainte en montrant exactement à quel type de bruit vous avez affaire.
- **Un export de qualité professionnelle.** L'export de rapport PNG produit un document net, de qualité probatoire. L'export CSV fournit les données brutes pour une analyse détaillée. Ensemble, ils vous donnent tout le nécessaire pour n'importe quel niveau de plainte, du simple e-mail à la pièce versée au dossier judiciaire.
- **Entièrement gratuite et sans publicité.** Pas de version premium, pas de fonctionnalités verrouillées, pas de publicité. Toutes les fonctions sont disponibles dès l'installation.
- **Prise en charge du calibrage.** Avec les pondérations A et Z ainsi qu'un décalage réglable par l'utilisateur, vous pouvez affiner la précision selon votre appareil et votre environnement.

Téléchargez NoiseLedger gratuitement sur iOS

Questions fréquentes

Puis-je utiliser des enregistrements de téléphone comme preuve juridique ?

Dans la plupart des juridictions, les mesures de décibels issues d'une application mobile sont acceptées comme preuve d'appui, surtout lorsqu'elles s'accompagnent d'un journal systématique et de rapports exportés. Elles n'ont toutefois pas nécessairement le même poids que les relevés d'un sonomètre certifié et calibré professionnellement. La force d'une

preuve issue d'une application réside dans le schéma documenté : plusieurs sessions sur plusieurs jours, avec une méthodologie constante. Renseignez-vous auprès de votre service local de contrôle du bruit pour savoir ce qu'il accepte.

Quelle est la précision des sonomètres sur téléphone ?

Les microphones des smartphones récents sont raisonnablement précis dans la plage de 40 à 90 dB, qui couvre la plupart des situations de bruit résidentiel. Les principales limites concernent les niveaux très faibles (sous 35 dB, où le bruit de fond propre au téléphone fausse les relevés) et les niveaux très élevés (au-delà de 95 dB, où le micro peut écrêter). Utiliser une application prenant en charge le calibrage, comme NoiseLedger, améliore encore la précision. Pour une analyse détaillée, consultez notre article sur la précision des applications sonomètres sur smartphone.

Quel est le meilleur moment pour documenter le bruit ?

Documentez le bruit au moment où il se produit réellement. Si la nuisance survient la nuit, mesurez la nuit. La plupart des règlements sur le bruit imposent des limites plus strictes après 22 h : les mesures nocturnes sont donc particulièrement précieuses pour une plainte. Enregistrez pendant les pics de nuisance et recommencez plusieurs jours de suite pour établir un schéma. Au moins cinq à sept jours de données, dont au minimum un week-end, constituent une base solide pour toute plainte.

Dois-je calibrer l'application ?

Le calibrage n'est pas strictement indispensable pour une plainte pour bruit : même non calibrés, les relevés d'un iPhone récent sont utiles comme mesures relatives et se situent généralement à quelques dB d'un sonomètre professionnel. Cela dit, si vous visez la meilleure précision possible, NoiseLedger vous permet de saisir un décalage de calibrage. Si vous avez accès à un sonomètre de référence calibré, effectuez un relevé simultané avec les deux appareils et ajustez le décalage en conséquence. Pour la plupart des plaintes résidentielles, le calibrage par défaut suffit à démontrer si le bruit dépasse les limites locales.

Reprenez la main sur votre problème de bruit

Le bruit des voisins n'est pas une fatalité à subir. Avec la bonne méthode — mesure systématique, documentation rigoureuse et preuves claires —, vous pouvez déposer une plainte qui produit des résultats. La démarche est simple : mesurez le bruit avec NoiseLedger, journalisez vos sessions avec dates et descriptions, exportez vos rapports et présentez les données à votre propriétaire ou à l'autorité locale.

Ce qui sépare une plainte ignorée d'une plainte suivie d'effet, ce sont les preuves. Commencez à documenter dès ce soir.

Téléchargez NoiseLedger gratuitement sur iOS

Citer comme: Lubor Šimůnek (2026). *Comment mesurer le bruit des voisins pour déposer une plainte (guide pas à pas)*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o.. https://appstoryo.com/fr/blog/how-to-measure-neighbor-noise

© 2026 lapnito.cz s.r.o.