

# CD sur Mesure

A lire avant utilisation

## Piste 01

Cette piste contient un bruit blanc calibré à -18dBfs.

Mettez au minimum le niveau sonore de votre appareil (chaîne hifi, baladeur, lecteur mp3, ...)

Lancez la piste 01

Montez le volume de telle manière à ce que le son que vous entendez (bruit blanc) soit à un niveau d'écoute normal pour vous (il ne doit vous sembler ni trop fort, ni trop bas).

Une fois ce réglage effectué, vous pouvez passer à la piste 02.

**Ne touchez plus au volume que vous venez de régler, sauf si ce dernier vous semble trop fort.**

## Piste 02

Cette piste contient une bande son (sorte de voyage sonore) spécialement calibrée en fréquences suivant votre profil acouphénique.

Nous vous recommandons d'écouter ce CD au casque, le plus souvent possible.