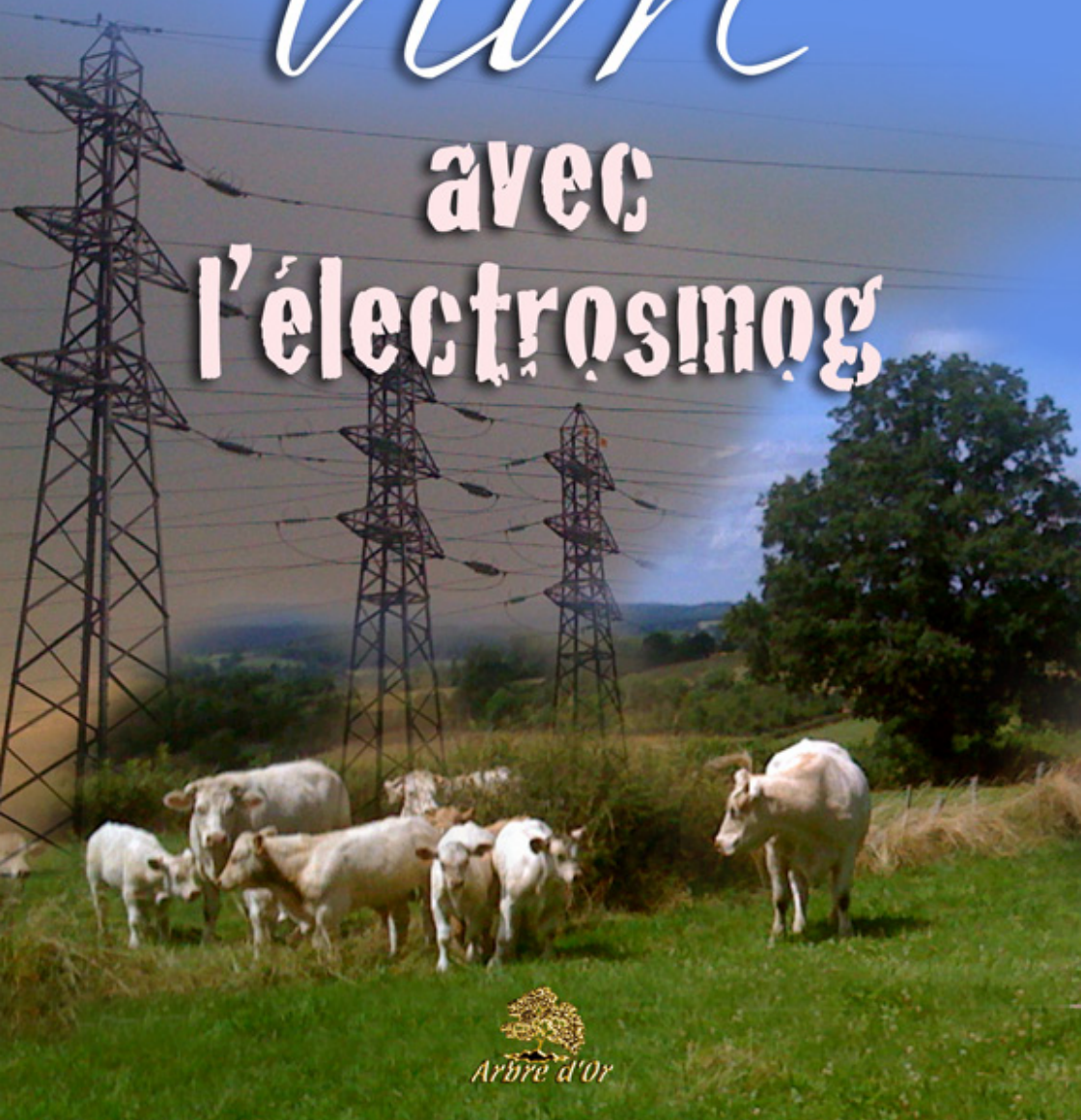


HÉLÈNE BERNET

Vivre

avec
l'électrosmog



LA VOCATION DE L'ARBRE D'OR

est de partager ses intérêts avec les lecteurs, son admiration pour les grands textes nourrissants du passé et celle aussi pour l'œuvre de contemporains majeurs qui seront probablement davantage appréciés demain qu'aujourd'hui. La belle littérature, les outils de développement personnel, d'identité et de progrès, on les trouvera donc au catalogue de l'Arbre d'Or à des prix résolument bas pour la qualité offerte.

LES DROITS DES AUTEURS

Cet e-book est sous la protection de la loi fédérale suisse sur le droit d'auteur et les droits voisins (art. 2, al. 2 tit. a, LDA). Il est également protégé par les traités internationaux sur la propriété industrielle. Comme un livre papier, le présent fichier et son image de couverture sont sous copyright, vous ne devez en aucune façon les modifier, les utiliser ou les diffuser sans l'accord des ayant-droits.

Obtenir ce fichier autrement que suite à un téléchargement après paiement sur le site est un délit. Transmettre ce fichier encodé sur un autre ordinateur que celui avec lequel il a été payé et téléchargé peut occasionner des dommages susceptibles d'engager votre responsabilité civile.

Ne diffusez pas votre copie mais, au contraire, quand un titre vous a plu, encouragez-en l'achat: vous contribuerez à ce que les auteurs vous réservent à l'avenir le meilleur de leur production, parce qu'ils auront confiance en vous.

Hélène Bernet

Vivre
avec l'électrosmog



© Arbre d'Or, Genève, décembre 2011
<http://www.arbredor.com>
Tous droits réservés pour tous pays

Je dédie ce livre à toutes les personnes qui, depuis une vingtaine d'années, ont croisé mon chemin dans la brume électrique et dont l'expérience a enrichi la mienne.

Je remercie les lecteurs et lectrices du manuscrit dont les remarques et questions ont contribué à en clarifier le texte.

La compétence technique de Benoît, Michel et John s'est révélée indispensable.

Merci à toutes et à tous !

JE FUS ÉLECTRO-HYPERSENSIBLE

Avez-vous jamais eu la peau brûlée ? Écorchée ? C'est très douloureux : les terminaisons nerveuses sont à nu. Elles peuvent aussi être à nu à l'intérieur du corps. Cela ne se voit pas, mais cela brûle autant.

Et comme cela ne se voit pas, on vous dit : « C'est dans la tête ».

Dans la tête, oui, le siège des glandes cervicales et de la « douleur ».

Mais pas seulement la tête.

Tout le corps est hypersensible.

Comment en arrive-t-on là ?

Comment prévenir ?

Comment guérir ?

Une telle question peut se poser à tout habitant du monde moderne.

LE CORPS HUMAIN EST MAGNÉTIQUE, ÉLECTRIQUE ET RÉCEPTEUR

Notre corps comporte de la magnétite à certaines articulations et massivement dans tout le cerveau. Notre système nerveux fonctionne à l'aide de courant électrique, ultra-faible mais ayant valeur d'information. Le rouge de notre sang est dû à l'oxyde de fer — et nous savons comment le champ d'un aimant

structure la limaille de fer... Nous sommes donc tous électriques, magnétiques et ferreux.

Il est facile de montrer en outre que notre corps est un excellent récepteur. Si l'on retire l'antenne d'un poste de télévision, l'image se brouille. Mais si l'on pose un doigt sur la prise d'antenne, l'image s'améliore immédiatement. Cela montre que le corps humain peut capter les ondes de l'émetteur lointain et les canaliser vers l'appareil de télévision.

Selon W.R.Adey^{*1} (cité par J.-M. Danze*), de la *Commission Nationale Américaine de Protection contre les Radiations*, l'exposition aux champs électromagnétiques artificiels est une forme de stress oxydatif, c'est-à-dire un facteur de vieillissement prématuré de l'organisme.

LE STRESS OXYDATIF (STRESS OXYDANT)

Le métabolisme cellulaire normal produit en permanence des espèces oxygénées appelées « radicaux libres ». Les radicaux libres sont des molécules instables, dont un électron d'oxygène (ou plusieurs) a été arraché. Cette forme d'oxygène (anion superoxyde) possède ainsi un électron périphérique non apparié (« électron célibataire »).

Ces réactions d'oxydation dans les cellules sont des phénomènes habituels et nécessaires. Tout dérèglement va entraîner une agression appelée stress oxydatif. Les radicaux libres sont normalement éliminés

¹ Le signe astérisque renvoie à la bibliographie, en fin d'ouvrage.

par des systèmes de défense enzymatiques ou biochimiques. Le stress oxydatif s'installe lorsque leur production s'exacerbe et dépasse les capacités de défense ou de réparation de l'organisme. Il s'ensuit une agression des constituants de la cellule qui touche l'ensemble des tissus et des métabolismes et participe donc à un grand nombre de pathologies.

Ces molécules, généralement très réactives, peuvent au contraire être dans un état qui limite la réactivité (état triplet, conservation de spin), en empêchant une réaction directe et en imposant une barrière énergétique.

Le rH2 (hydrogène relatif ou potentiel électronique du sang) représente le pouvoir de réduction de l'oxydation. Il peut être mesuré en laboratoire. Il est calculé à partir du pH (potentiel hydrogène, degré d'acidité ou d'alcalinité) et du potentiel RedOx (courant mesuré en milliVolts). Ce courant est une force électromotrice, énergie électrique requise pour les phénomènes d'oxydo-réduction biologiques (Dr Ing. José Giralt-Gonzalez* 1999).

À la lumière de la biologie électronique, on observe ainsi que l'organisme est une centrale de production énergétique, avec ses condensateurs et relais, et que toute détérioration de la santé est due à la décharge de cette pile. Toutefois, le pH et le rH2 étant des mesures de résistance entre deux pôles, ils ne représentent pas la source fondamentale du désordre, mais plutôt une conséquence dont la cause reste à déterminer : pathologie, ou facteurs extérieurs comme la

pollution, les radiations ionisantes, certaines drogues ou le tabagisme, le stress.

La pollution électro-magnétique est donc un facteur de stress.

L'ÉLECTRICITÉ, BONNE ET MAUVAISE FÉE ?

L'électricité, indispensable au quotidien, nous semble familière. Mais sa nature est encore mal connue, et ses effets mal reconnus. L'électricité n'est par nature ni bénéfique ni maléfique, elle peut guérir — ou se révéler dangereuse pour la santé.

Les bons effets

Électrothérapie

En laboratoire, on provoque la croissance osseuse par l'électrothérapie. Ainsi, le traitement du moignon de patte de rat a même conduit à faire repousser la patte. Comme chez la salamandre où le phénomène spontané s'accompagne d'une production de charge électrique négative.

Magnétisme et galvanisme

Le magnétisme naturel a guéri depuis des temps immémoriaux. On sait par exemple de source historique que les aimants étaient utilisés en thérapie au II^e siècle de notre ère.

Ma mère utilisait un appareil électrique de galvanothérapie, produisant un courant continu à basse tension pour un traitement physiothérapeutique.

Mais la médaille a un revers

Ce qui peut construire, peut aussi détruire.

L'énergie électrique nous est fournie sous forme de courant alternatif. Alternatif, c'est ce qui fait toute la différence. Le courant génère alors un champ électrique et un champ électromagnétique, indissociables, couplés perpendiculairement et qui s'inversent (alternent) 50 fois par seconde (50 Hertz). Toutes nos cellules subissent cette inversion 50 fois par seconde. Comment croire que cela n'aurait aucune influence sur leur fonctionnement, leur santé, celle de l'«électricité informationnelle» de notre corps et, en particulier, des glandes cervicales et du cerveau ?

Les surcharges massives d'électricité sont connues (foudre, électrocution) et contrôlables (paratonnerre, mise à la terre). Il est facile d'arrêter les champs électriques par un mur, ou une cage de Faraday : enceinte métallique qui isole une portion d'espace contre l'influence des champs électriques extérieurs. Les champs magnétiques, par contre, ont un très grand pouvoir de pénétration de la matière.

Les charges légères, combinées dans l'espace et cumulées dans le temps, constituent une surcharge insidieuse, difficilement contrôlable et qui génère maux, mal-être et maladies. De nombreux paramètres contribuent à rendre l'électricité et les appareils électriques agréables ou désagréables, «consonants ou dissonants», voire nocifs pour les êtres vivants. Il existe des normes de compatibilité électromagnétique

pour les machines, pour éviter que le fonctionnement de l'une ne soit parasité par une autre. Le simple respect de ces normes profiterait à l'homme. Elles sont toutefois insuffisantes.

Des solutions existent, mais les problèmes étant peu médiatisés, les solutions le sont encore moins.

L'électrosmog et nous

L'électrosmog est l'ensemble de toute pollution d'origine électromagnétique, qu'il s'agisse du courant domestique ou industriel, des ondes hertziennes ou de la radioactivité, naturelle ou non. Ses effets durables ne sont perceptibles qu'à long terme (mois, années, voire décennies).

Selon le CIRC (Centre International de Recherche sur le Cancer), une exposition de longue durée à un champ magnétique de 4 milligauss (soit 0,4 microtesla) augmente le risque de leucémie chez l'enfant. Selon les études épidémiologiques, les problèmes apparaissent pour des expositions à des champs magnétiques à partir de 2 à 3 milligauss. Des champs magnétiques de cette valeur se rencontrent à 200 mètres d'une ligne électrique de 220 000 Volts en pleine charge, ou à 40 cm d'un simple radio-réveil...

Des milliers de médecins se mobilisent : « En ce qui concerne la santé publique, nous entrons dans une ère de pollution par l'énergie comparable à la pollution chimique ». ARTAC, Association indépendante de médecins et de chercheurs spécialisée dans l'étude bio-

logique, thérapeutique et clinique des cancers [<artac.info>](#)², à l'initiative du Prof. Belpomme, cancérologue, lance en 2004 *l'Appel de Paris* et, en 2007, *l'Appel de Bruxelles* concernant la pollution électromagnétique. Des conseils relatifs à l'usage de la téléphonie mobile sont formulés en 2008 dans *l'Appel des Vingt* (David Servan-Schreiber et 19 cancérologues). En 2011, douze conseils sont diffusés par l'organisation non gouvernementale *Next-up* [<Next-up.org>](#). Cette même année, l'ARTAC entreprend la formation de médecins pour une spécialisation en médecine de l'environnement et l'OMS déclare que l'usage de la téléphonie mobile peut être potentiellement cancérigène.

Voir annexes: Les champs, les ondes et nous, et chapitre VII: Téléphonie mobile.

Problèmes d'information

Concernant le côté ombre de l'électricité, on a constaté pendant plusieurs décennies des problèmes d'information, voire de désinformation. Pourquoi?

L'adage «The King (the Queen) can do no wrong»³ est issu du *Common Law* qui régit entre autres la Grande-Bretagne. Il pourrait s'appliquer doublement à l'électricité.

D'une part, l'électricité est entourée d'une auréole magique de reine bienfaitrice: l'énergie propre, et si pratique! Nous sommes aussi peu ouverts à accepter

² Les signes < > renvoient aux différents sites internet en fin d'ouvrage. Les liens hyperlink sont cliquables dans ce fichier.

³ Le roi (la reine) n'est jamais en tort.

l'idée d'une face nocive de l'énergie électrique que celle d'une face nocive de l'énergie solaire. Et pourtant, l'augmentation des cancers de la peau, des seins et des poumons due à la surexposition au soleil est bien connue, sinon bien perçue.

D'autre part, le roi (pouvoirs publics ou consortiums qui produisent et distribuent l'électricité) est peu enclin à accepter et propager des informations qui le conduiraient par exemple à exproprier à grands frais les terrains situés sous les lignes à haute tension. Aussi peu d'ailleurs que les producteurs d'engins électriques et électroniques.

Depuis plus d'une génération, la phase magnétique du courant électrique (y compris l'influence du magnétisme sur le corps humain) est négligée. L'enseignement pour ingénieurs et électriciens a pu être lacunaire. J'ai constaté cette impasse dans un programme universitaire belge sur la Haute Tension, destiné aux futurs ingénieurs : le chapitre « Santé » ne mentionnait que les risques de chute pour les ouvriers. Le terme « magnétique » était pratiquement absent de tout le syllabus. Certains ouvrages concernant le magnétisme étaient introuvables.

Il y a donc eu équilibre entre ceux qui ne souhaitent pas dire et ceux qui n'essayaient pas d'entendre.

La santé publique est en jeu

Des cas troublants sont connus depuis près de cinquante ans, des expériences comparatives ont été

faites, les résultats ont été publiés. Ils concernent notamment l'effet des réseaux de transport de l'électricité (haute, moyenne ou basse tension) et celui des ondes hertziennes. La compatibilité des appareils donne lieu à de nombreux congrès, qui pourront inspirer la médecine.

Voir notamment : Bossard, Danze* et alia, Déoux*, Florian*, Santini*, Smith*.*

Un fait divers

Martine a hurlé pendant trois nuits. Après quoi on l'a enfermée, sur ordre du préfet. Elle a dû dormir sur un lit métallique (cadre et ressorts) jusqu'à ce qu'un médecin (femme — ce détail est-il pertinent ? —) veuille bien accéder à son vœu : déposer le matelas au sol et enlever de la chambre le sommier métallique qui la faisait souffrir, même à distance. L'hôpital psychiatrique avait un grand parc. Les promenades loin de tout lui ont rendu un semblant de « normalité ». Des neuroleptiques lui étaient prescrits massivement : elle faisait mine de les prendre, en gardait un peu, crachait le reste. Après cinq semaines, on l'a relâchée, avec l'aval du préfet.

C'est arrivé en France en 1992.

En août 1993, Martine attendait encore qu'on constate son état de non-délire pour pouvoir reprendre sa fonction de magistrat et sa profession de psychologue.

« Les champs... Les ondes... Mais Madame, vous rêvez ! Vous délirez ! Cela n'existe pas. Cela ne fait pas mal ! Il y en a de toute manière partout, car la Terre a un champ... »

Mon aventure

J'ai connu un sort comparable, mais sans inter-nement. Nos parcours étaient différents, avec tou-tefois un point commun : le cumul de pollutions électromagnétiques.

Mon journal de bord est joint en annexe.

Voir étude de cas (I) : Mon aventure dans les champs et les ondes.

En bref, pendant la période critique qui a duré environ deux mois, je ressentais toute influence vi-bratoire (« les ondes »). Comme une personne brû-lée au 2^e degré ressent tout frôlement — même une brise — sur la zone meurtrie : j'ai vécu les deux expé-riences ! Celui qui n'a jamais connu cet état ne peut imaginer à quel point notre monde, même au fond des bois reculés, est rempli d'ondes omniprésentes, de toutes sortes et de toutes origines, qui se croisent, s'additionnent et se potentialisent et auxquelles il est difficile de se soustraire. Une clef de voiture munie d'une télécommande rayonne et brûle à trois mètres. Même le métal d'une innocente bicyclette rayonne et fait mal à distance !

Les précautions et remèdes qui m'ont permis de re-trouver une vie normale sont décrits, parmi d'autres, dans les chapitres *Électricité et Bien-Être* et *E-Remèdes*. Ils sont de nature variée, qui va de la prise de terre de l'habitat, renforcée par l'électricien, à la prise de terre personnelle, améliorée par des exercices appropriés et renforcée par une canne en cuivre, en passant par

l'utilisation d'huiles essentielles, le changement de dentiste, une organothérapie, etc.

Quelques interprétations

Le syndrome est reconnu dans les pays scandinaves depuis plus de vingt ans. Il a été décrit en 2009 par l'ARTAC sous le sigle « SICEM » (Syndrome d'Intolérance aux Champs ÉlectroMagnétiques).

Les médecins et la population appréciaient alors l'état d'une personne en fonction des critères dont ils disposaient. Il était généralement plus agréable de s'isoler en silence que de tenter la diffusion des connaissances.

Outre les cofacteurs plausibles (électrochoc pendant l'enfance, amalgames, dents de secours), les facteurs suivants ont été évoqués par les uns ou les autres :

- Fatigue, allergie,
- Écoute excessive, peur, fixation, hystérie, hypochondrie,
- Influences paranormales (envoûtement, possession,...),
- Délire (internement sur ordre du préfet).

L'ÉLECTRO-HYPERSENSIBILITÉ (EHS), SYNDROME NEUROLOGIQUE

Une récente étude scientifique américaine, validée, jointe à une expérience française, met fin au débat opposant les interprétations psy et non-psy.

Aux USA, une femme médecin hypersensible aux

champs électromagnétiques (EM) a été exposée à un champ EM typique lors de l'étude scientifique (provocation contrôlée et analyse comportementale). Cette étude montre que l'électro-hypersensibilité peut se produire dans un authentique environnement de champs EM et induire un syndrome neurologique.

En France, un groupe d'EHS réfugiés dans une zone blanche de la Drôme a été exposé à des antennes-relais visibles, non actives, et n'en a été aucunement importuné.

Voir l'annexe: Les champs, les ondes et nous, électro-hypersensibilité, syndrome neurologique.

À QUI LA FAUTE?

Ce n'est pas la faute de l'électricité, simple véhicule énergétique qui peut, selon l'usage que l'on en fait, promouvoir ou compromettre la santé, voire la vie. Plusieurs facteurs, ou familles d'acteurs, sont impliqués dans cette problématique :

- Notre civilisation qui, depuis plusieurs siècles, s'occupe du tangible et laisse l'aspect « vibratoire » aux sourciers et, plus récemment, aux physiciens quantiques. Mais les champs magnétiques existent et ignorent les cloisons — physiques ou mentales.
- Les producteurs d'électricité et services de télécommunication qui s'occupent de produire, distribuer, vendre et satisfaire leur comptable et leurs actionnaires en même temps que la clientèle.
- L'électricien qui obéit aux normes fixées par les « experts » (d'origine industrielle?).

- L'art dentaire : le métal en bouche.
- L'habitat moderne qui souvent importe la pollution externe plutôt que d'en protéger.
- Les consommateurs qui, en toute innocence, utilisent des appareils en surnombre, même dans la chambre ; et en outre, polluent les appareils par un câblage en désordre, un tapis de souris à bulles chimiques et divers encombrements.

BONNES NOUVELLES

Reconnaissance officielle

De plus en plus d'organisations officielles reconnaissent le problème et les médias sortent de leur réserve. La Fondation EDF proclame désormais que notre cerveau est une « centrale électro-magnétique qui gouverne la physiologie humaine ». Fin d'une omerta.

Les nouveaux pylônes électriques, en France et en Belgique, ont un profil étudié pour diminuer les déperditions électriques. Pour les consommateurs, « déperdition électrique » signifie « pollution électrique ». Cette amélioration se répercute en cascade jusqu'aux villages, voire sur les antennes-relais des téléphones cellulaires.

Une réserve toutefois : les câbles extérieurs restent récepteurs et conducteurs des pollutions qu'ils rencontrent au passage, par exemple la radio-pollution ambiante.

Voir section : Et 2012 ?

La vulgarisation est désormais en route. La télévision et les forums internet commentent à juste titre les liens

entre électro-sensibilité, chemico-sensibilité et d'autres phénomènes de rejet. Des mouvements tels *Next-up Organisation*⁴ informent au jour le jour et agissent.

Le syndrome étant mieux connu, il y aura moins d'internements d'électrosensibles et — espérons-le — plus de « zones blanches » pour faciliter leur retour à la normale. Les médecins sauront (nous aussi), d'une part, que notre cerveau contient quelques milliards de cristaux de magnétite par cm³ (ce fut prouvé dès 1992 par Kirschvink* (*California Institute of Technology*) et d'autre part, que le champ des courants alternatifs a un autre effet biologique que l'aimable champ terrestre, faible et continu.

L'Organisation Mondiale de la Santé elle-même révèle, à présent, les possibles méfaits des téléphones cellulaires, en cas d'abus, et surtout pour les jeunes. Le Centre International de Recherche sur le Cancer (CIRC), organisme dépendant directement de l'OMS, a déclaré le 31 mai 2011 que les champs électromagnétiques issus des radio fréquences, qui incluent principalement ceux des communications mobiles, « peuvent être cancérigènes pour l'homme ». Les rayonnements des téléphones mobiles se trouvent désormais classés par l'OMS dans le Groupe 2B (sur 5) des agents cancérigènes

Voir annexe VII : L'OMS et les radio-téléphones (GSM).

Cette déclaration officielle de l'OMS devrait secouer les autorités gouvernementales de santé et opéra-

⁴ <http://next-up.org/NewsOfTheWorld/BioInitiativeIntro.php>

teurs de téléphonie mobile, mais aussi les utilisateurs jusqu'alors souvent Inconscients des risques encourus.

Le rapport du consortium scientifique Bio Initiative, qui a réalisé la synthèse de plus de 1500 études, est plus explicite : la plupart des normes pour cette forme d'irradiation artificielle sont mille fois trop clémentes. Elles doivent être révisées pour protéger dans la durée contre les effets pervers : maladies neurodégénératives, problèmes de reproduction, extériorisations dermatologiques, démangeaisons, troubles du sommeil, de l'apprentissage et de la mémoire, affaiblissement de la réparation cellulaire et du système immunitaire, cancers et électro-hypersensibilité.

Next-up News 1774: Syndrome des Micro-ondes. Voir site next-up.org.

On peut donc espérer, à terme, une meilleure protection de la population.

Une technique non invasive

Il serait techniquement possible de conserver les fonctions offertes par les liaisons sans fil, mais sans leur impact sur la santé.

next-up.org/Newsoftheworld/Database_CEM_EMF.php#1 *Next-up News Nr 1792 NCBI. Hypersensibilité électromagnétique : les nouvelles preuves scientifiques du Syndrome Neurologique.*

Certaines parades sont déjà en notre pouvoir

Elles sont malheureusement trop peu connues — ou trop peu accessibles. Si beaucoup de personnes déjà

atteintes se « protègent », trop peu trouvent un lieu de vie adéquat en « zone blanche » et encore moins de personnes guérissent. Lors d'un grand questionnaire transatlantique, dans les années 90, j'ai été la seule, sur une cohorte de plusieurs milliers de personnes, à me déclarer « guérie ».

L'invalidité reconnue juridiquement dans un pays européen

L'électro-hypersensibilité devient une cause d'invalidité permanente en Espagne.

Le Tribunal des Affaires Sociales de Madrid a rendu le 24 mai 2011 un jugement novateur, unique à ce jour : il octroie une incapacité totale et permanente à un professeur de collège qui souffre de fatigue chronique due à l'hypersensibilité aux ondes électromagnétiques environnementales.

La Commission d'évaluation de l'invalidité de la Sécurité sociale (EVI) avait reconnu, dans l'énoncé du diagnostic clinique, les pathologies suivantes : syndrome de fatigue chronique, maladie cœliaque (intolérance au gluten), syndrome de fibromyalgie et électro-hypersensibilité électromagnétique environnementale (syndrome des micro-ondes), mais elle a rejeté l'incapacité du patient.

Une médecine de l'environnement ?

L'ARTAC, en collaboration avec l'ISDE-France (International Society of Doctors for the Environment

ou Société Française de Médecine Environnementale), organise une formation continue en Médecine Environnementale pour les médecins et professionnels de santé, début d'une spécialisation en médecine de l'environnement. Grâce à cette action, quarante trois médecins ont reçu à Paris, en avril 2011, trois jours de formation. La deuxième session s'est déroulée les 22-23 novembre.

L'ARTAC précise :

« La médecine environnementale est une nouvelle approche de la médecine devenue incontournable, étant donné l'origine environnementale de très nombreuses maladies : cancer, diabète de type 2, obésité, maladies dégénératives du système nerveux, allergies, sans parler des infections émergentes.

L'enseignement de cette nouvelle discipline médicale est devenu essentiel. Les sessions sont complémentaires et indépendantes, le but étant de permettre à chaque médecin et professionnel de la santé de former ou d'enrichir ses connaissances en médecine environnementale, à son rythme et selon ses disponibilités. »

Une technique de décharge

Nous verrons dans *E-Remèdes* qu'il est désormais possible, faute de marcher pieds nus dans les bois ou le sable, d'installer un kit de mise à la terre personnelle. Cet équipement soulage notamment les personnes électrosensibles.

Quant à la prévention, il y a encore fort à faire et l'avenir est encore incertain

**ET 2012 : GÉNÉRALISATION, EN FRANCE
ET AILLEURS, DU BAIN RADIATIF ?**

Plusieurs actions sont amorcées, dont la finalité ignore la santé publique.

Vers une limitation des pouvoirs du maire
sur les antennes-relais ?

L'AFP a révélé le 30 septembre 2011 que le rapporteur du Conseil d'État, Xavier de Lesquen du Plessis Casso, a recommandé à cette haute juridiction d'affirmer qu'en matière d'implantation d'antennes-relais de téléphonie mobile, les décisions du maire ne peuvent se substituer à celles du ministère chargé des communications numériques et de l'*Agence Nationale des Fréquences*, cette agence étant seule à disposer de la technicité nécessaire pour se prononcer sur la question de la protection (santé⁵) des populations.

La société Yaka France, créée et dirigée par Xavier de Lesquen, a reçu beaucoup d'argent de Bouygues Telecom, à hauteur de plusieurs dizaines de millions de francs sur un budget de 63 millions.

Téléphonie mobile

Clash à Paris : Relèvement unilatéral du plafond convenu

La Charte de Paris sur les antennes-relais en cours de renégociation a été rompue. (next-up.org, 18-10-2011). La ville, qui souhaitait un abaissement du

⁵ NDA.

plafond d'irradiation des parisiens de 2V/m à 1 ou 1,5V/m s'est vue opposer des demandes des opérateurs qui, pour satisfaire celles de leurs clients, veulent une augmentation à 10, voire 15V/m! L'implantation du 4^e opérateur *Free* est suspendue.

À suivre.

Téléphonie 4G : nouvelles antennes radiatives

La LTE (*Long Term Evolution*, « super 3G » parente de la 4G), est expérimentée (effets sur la santé) à Crest et Brest. Elle est expérimentée, en toute discrétion, par Orange quant aux effets sur la santé des riverains, cobayes à leur insu. Ces essais ont lieu en divers endroits et notamment à Crest (le journal local *Le Crestois* a publié un article explicite, mais les lecteurs n'ont pas compris qu'ils allaient servir de cobayes pour la ville de Brest). Cette expérience portera officiellement sur l'aspect technique, notamment concernant les interférences (TNT). next-up.org/France/LTE.php.

Voir aussi : annexes techniques.

De nombreuses dispositions techniques ont été prises et réalisées par l'opérateur Orange pour cette expérience réelle, notamment une forte augmentation de la puissance énergétique en 380V par la création d'une nouvelle ligne électrique très polluante. Des reportages ont été réalisés à Crest.

Ensuite, en fonction de ces nouveaux paramètres d'irradiation, un nouveau blindage tout inox a été

nécessaire pour les locaux techniques afin de contenir au mieux l'irradiation en champs proches des riverains mitoyens par les baies (armoires électriques) du local technique afin qu'ils ne se rendent compte si possible de rien.

Les antennes relais LTE et 4G, en fonction de leurs longueurs d'ondes (fréquences de 800 à 900 MHz pour les villes) traversent sans problème tous les murs. En conséquence, les antennes relais ne sont plus visibles puisqu'elles sont incluses dans les bâtiments hors de la vue de la population, c'est proprement scandaleux et rend plus difficile le combat des riverains, associations et collectifs.

On pouvait encore deviner avec « des yeux expérimentés » les antennes relais camouflées, mais avec la Super 3G ou LTE cela ne sera plus possible dans les lieux dits sensibles, notamment en ville

Pour la campagne, la LTE ou 4G utilise des fréquences dans la bande des 2,6 GHz qui autorisent des portées de puissances d'irradiation très performantes — jusqu'à plus de 5 km, voire 500 km. Ce qui veut dire en d'autres termes que c'est aussi une nouvelle pollution électromagnétique artificielle micro-ondes qui va être terrible.

Dans ces conditions de longue portée, pour éviter les interférences entre opérateurs, des bandes strictes de 15 MHz pour *SFR* et *Bouygues Telecom* et de 20 MHz pour *Free* et *Orange* ont été attribuées aux opérateurs dans les licences allouées par l'ARCEP next-up.org/France/LTE.php.

N.B. Les antennes peuvent être « emmurées », donc invisibles, mais les champs générés sont perceptibles et mesurables.

Les compteurs électriques mouchards et leur filtre CPL

next-up.org, mot-clef « Linky ».

Le 28 septembre 2011, Éric Besson, ministre français en charge de l'Énergie, a annoncé officiellement la généralisation du Compteur Mouchard Linky, qui sera imposé à tous les habitants. Cette annonce lance l'installation, à partir de 2013, de 35 millions de compteurs électriques « intelligents » dans tous les foyers, assortis d'un transfert (radiatif) de données numériques par les fils électriques intérieurs (Courant Porteur en Ligne, CPL).

Parmi les avantages pour l'opérateur ERDF, la télérelève de la consommation. Éric Besson précise : « Le passage d'un agent chaque année ne sera plus nécessaire ». Paradoxalement, il promet la création de 10 000 emplois liés à la fabrication et à l'installation du compteur.

Sophie Chapelle, Next-up News 30 septembre 2011. Voir site www.next-up.org.

Ce compteur est surtout présenté comme un outil au service des économies d'énergie. Or, les enquêtes menées auprès des utilisateurs révèlent qu'il ne réduit en rien la facture énergétique.

Malgré les craintes relatives aux coûts, à la sécurité des données et aux ondes émises, le gouvernement

envisage déjà d'élargir l'expérience aux compteurs de gaz et d'eau. Le traitement de l'ensemble des données pour un ménage devrait permettre, avec l'accord des usagers, de fournir toujours plus de services... rayonnants? Affaire à suivre.

Quant au service à la santé, voir l'annexe VIII : Les compteurs intelligents.

Ici aussi, la ville de Paris s'oppose: voir l'annexe VIII : Linky et la Ville de Paris.

Les radars routiers

Au bain radiatif s'ajoute un réseau grandissant de radars, dont l'utilité (mais non la rentabilité) est contestée.

Réf.: Enquête nationale sur la sécurité routière

[<liguedesconducteurs.org/>](http://liguedesconducteurs.org/)

La Ligue de défense des Conducteurs est une association de citoyens qui ont décidé de s'organiser pour résister ensemble aux dérives de la répression routière, et pour restaurer une politique de sécurité routière pragmatique et efficace.

Christiane Bayard, secrétaire générale, fait appel au public pour participer à une enquête nationale sur la sécurité routière en faisant connaître aux Français la vérité sur ces radars.

Beaucoup de Français supposent qu'en installant des radars partout, nos dirigeants assurent leur sécurité. D'autres pensent aussi que l'argent des radars sert à renforcer la sécurité routière, à payer la police

ou les routes, mais on est bien loin de la réalité. Les données de l'ONISR (*Observatoire National Interministériel de Sécurité Routière*) montrent que la baisse du nombre de morts a en réalité des causes bien différentes de celles qui sont invoquées par le gouvernement. Les radars rapportent aujourd'hui près d'un milliard d'euros par an (974 millions en 2010). Ces chiffres augmentent chaque année et l'État n'est pas le seul à en profiter : des dizaines d'entreprises nationales et multinationales s'approprient une part grandissante de ce marché.

L'entretien des routes est sacrifié

Ces deux dernières années, alors qu'il dépensait des millions dans l'achat et l'entretien des radars et le développement de nouvelles technologies répressives, le gouvernement a décidé de «faire des économies» en coupant directement dans les budgets d'entretien des routes. En seulement deux ans, le gouvernement a divisé par deux le budget alloué à l'entretien des routes nationales et départementales. On est passé de 424 millions d'euros en 2009 à 227 millions en 2011. C'est pourtant sur ce type de routes qu'ont lieu trois accidents mortels sur quatre !

Ainsi que la prévention dans les écoles

Les policiers ne feront plus de prévention routière dans les écoles. Le gouvernement a en effet décidé de réaffecter les CRS qui s'occupaient de l'éducation routière auprès (...)

POURQUOI CET OUVRAGE ?

Il existe de nombreuses publications techniques, des sites d'information périodique experte, référencés en fin du présent ouvrage, et des appels à l'action au niveau politique. Dès 1993, Paul Lannoye*, docteur ès sciences, député européen, a organisé au Parlement européen un colloque sur les nuisances dues aux rayonnements non ionisants. L'objectif de ce livre n'est pas de les doubler, et encore moins de remplacer l'intervention d'un électricien ou d'un(e) éco-géobiologue, mais de les compléter par mon expérience de terrain et d'aider à la diffusion des comportements adaptés. En un quart de siècle, cette expérience m'a permis de glaner et vérifier quelques principes et informations essentielles pour éviter, adoucir ou effacer un mal-être — parfois intolérable — lié aux effets de l'environnement vibratoire. Ils vous aideront à améliorer votre habitat, adapter votre installation, choisir votre équipement, affiner leur usage, dialoguer avec votre électricien, vous protéger, renforcer vos défenses biologiques ou créer des antidotes pour restaurer le terrain. Ceci n'est qu'une plateforme de lancement : en toute autonomie, il vous appartient ensuite de rester au courant (sans jeu de mots) grâce à internet, d'évaluer l'impact de l'environnement vibratoire grâce à votre corps super-radar, et de détecter ainsi les comportements les plus adaptés.

L'électrobiologie et la naturopathie semblent être

des sciences d'avenir. Vous serez donc peut-être tenté de poursuivre l'aventure.

Des formations complètes sont offertes

Deux exemples parmi d'autres :

Institut de géobiophysique appliquée iga-asso.net.

Bio-espace, bureau d'étude en biologie de l'habitat, organisme formateur agréé en HQE, bio-espace.com.

SAVOIR POUR PRÉVENIR — OU GUÉRIR

Les installations domestiques

Les installations défectueuses génèrent des champs parasites. Il existe des normes officielles de sécurité à respecter dans ce domaine: mais les normes de bien-être sont plus strictes. Par exemple, une prise de terre (résistance) de 5 Ohms (maximum 10 Ohms) est conseillée pour le confort biologique — et l'avenir du système nerveux — tandis que la norme officielle NF C15-100 se contente d'imposer un maximum de 100 Ohms et des chercheurs indépendants, un maximum de 30 Ohms.

L'environnement radiatif en évolution

L'installation de compteurs « mouchards » ou d'antennes surpuissantes pourrait changer la donne. Détecter directement les lieux où l'on peut séjourner, et pour les nuisances, détecter la parade, sera la « défense passive » du citoyen.

Évaluer la pollution

Avant de mesurer, on peut procéder à des tests élémentaires pour répondre à une première question.

Suis-je perturbé(e) ? Un test postural

Les vêtements, les métaux internes et l'environ-

nement peuvent provoquer des perturbations vibratoires qui se traduisent par des tensions musculaires et des problèmes posturaux. Les muscles du cou (trapèzes) sont concernés en première ligne.

Le docteur Gérard Dieuzaide* [<institut-europeen-posturologie.fr>](http://institut-europeen-posturologie.fr) (Layet, dans la revue *Nexus* n° 74*, 50-59) propose un test musculaire (57-58) qu'il a enseigné à des milliers de personnes pour tester chez soi une intolérance.

Les bras devant soi, positionné dos au mur, il faut lever les bras tendus devant soi, une main enserrant le pouce de l'autre main. Les bras maintenus raides, on les monte pour les amener doucement au-dessus de sa tête. Un sujet « normal » touchera sans difficulté le mur, d'autres sont incapables de dépasser l'horizontale. Il est facile alors de prendre ses propres repères et de faire son propre bilan.

SUIS-JE PERTURBÉ(E) PAR L'ÉLECTRICITÉ CHEZ MOI ?

Pourquoi est-il important de tester personnellement l'influence de l'électricité ?

Nous ne sommes pas tous égaux face à ces phénomènes

Il existe de nombreux facteurs personnels.

Le prof. C.W. Smith* (UK) a noté avec étonnement que chaque personne présente des fenêtres particulières de sensibilité aux ondes. Cela s'explique par leur vécu. La durée d'exposition à telles ou telles influences de telles ou telles longueurs d'ondes, avec

effet cumulatif, varie d'une personne à l'autre. Les éventuels malaises seront donc différents, déclenchés par différents ensembles de longueurs d'ondes (spectres de fréquences).

En outre, ce que la personne porte sur elle (vêtement, ceinture, montre, bijoux, clefs, chaussures, lunettes, appareils,...) et en elle (métal en bouche, adjuvants vaccinaux dans le sang, stérilet) conduit à une réception différente, éventuellement amplifiée.

Donc, certaines personnes souffriront d'influences qui n'importunent pas les autres.

Si vous avez un soupçon, pour savoir : disjonctez !

Commencer par le test familial suivant, et testez les trapèzes avant et après. Disjonctez la nuit toute l'installation électrique (sauf éventuellement le frigorifique⁶). Persistez une semaine.

Certaines personnes, d'abord sceptiques voire franchement ironiques, constatent une qualité de sommeil tellement différente qu'elles sont les premières ensuite à se lever la nuit pour manœuvrer le disjoncteur.

L'influence biologique peut être observée

Il est utile d'être attentif aux effets de tout séjour fréquent ou prolongé.

La vigilance, la vue, le bien-être sont-ils affectés, après quel laps de temps et pour combien de temps ?

⁶ On peut aussi le doter de réserves de froid, les packs de glace pour glacières de camping.

Par exemple, si vous avez normalement sommeil à 23 heures, mais que sous une certaine lampe vous dodelinez prématurément, la lampe est peut-être fautive. Essayez une lampe avec prise de terre, comme en Suède. Sinon, retournez la fiche dans la prise pour échanger la phase et le neutre.

Si au volant vous devenez somnolent dans la demi-heure, à toute heure, il s'agit peut-être de votre siège, mal relié à la masse. Parade : faites poser par le garagiste un dispositif antistatique attaché à la carrosserie, puis reliez le métal de votre siège par un fil électrique (vert et jaune, rayon bricolage) à la manivelle dans le coffre. Monique ne pouvait conduire de Bruxelles à Paris avant d'avoir relié son siège !

Jacqueline a eu des problèmes de vision pendant une semaine après avoir œuvré deux journées dans un local à éclairage mixte, tubes et spots, suffisant en luminosité mais défectueux du fait des champs magnétiques excessifs, mesurés ultérieurement. L'éclairage devenait biocompatible si on allumait seulement la moitié de l'équipement : soit les tubes fluorescents, soit les spots halogènes à basse tension (et donc haut ampérage).

L'influence de l'environnement

Le site de l'*Agence Nationale des Fréquences* (ANFR)⁷ donne un panorama de toutes les antennes (FM, GSM, EDF, etc.), dans un environnement sélectionné, lieu

⁷ cartoradio.fr

de séjour en France par exemple. Sont exclues les données concernant l'armée (secret défense) et l'EDF (« aucune info disponible »). Ce site permet aux particuliers de découvrir, en partie, la source de leur problème.

Première précaution : mise à la terre

Une bonne prise de terre mesure 5 Ohms (maximum 10 Ohms). Si tel est le cas, félicitations, mais avant de décider d'éventuelles adaptations attendez tout de même d'avoir lu *L'installation électrique* dans le chapitre : *L'habitat, champs électromagnétiques* et surtout : *Une installation électrique saine (électrobiologique)* en annexe.

MESURER, DÉTECTER OU ÉVALUER

Les champs électriques et électromagnétiques sont mesurables avec des appareils standards, dont certains sont à la portée des particuliers, comme nous allons le voir ici.

Il existe aussi des appareils de simple détection à prix modéré et usage facile adapté aux profanes. On peut, sans appareil, évaluer les nuisances à main nue par perception somato-sensorielle.

Quelques pistes pour la mesure objective des champs électromagnétiques sont données ci-après. La section suivante évoque les appareils qui prennent en compte les réactions biologiques d'une personne donnée à l'égard de ces parasites. Le chapitre suivant montre comment: sans appareil, utiliser notre « corps-radar ».

Les champs magnétiques

Il est très difficile de s'en protéger car ils pénètrent la matière. La prudence conseille donc d'en détecter les surcharges en priorité.

Les appareils simplifiés pour les profanes indiquent symboliquement la qualité des zones en vert, orange et rouge, en fonction de la distance et de l'intensité des champs. Certains émettent aussi un signal sonore.

*Magnetic Alert*⁸ <medieco.info/pages/page-quemesurer.php> est le plus « portable » : certaines personnes ne s'en séparent pas ! Simple détecteur de surcharge magnétique ambiante (plus de 2 milligauss = 0,2 microtesla), il permet de connaître les zones de sécurité des installations et appareils électriques.

En déplacement, si vous n'avez pas ce petit détecteur sur vous, voici des pistes de dépannage.

Votre petit transistor de voyage, réglé sur sa plus courte fréquence, dénonce les perturbations par son grésillement. Un appareil professionnel serait bien sûr plus précis et plus performant, mais votre mini-équipement peut suffire pour vous inciter à déplacer votre lit d'hôtel vers la zone la moins grésillante.

Une simple boussole peut aussi vous aider. En se déplaçant dans la pièce à tester ou sur un terrain, une déviation de la boussole indique un phénomène magnétique. Ensuite, il s'agit soit de déterminer la

⁸ S.I.G. c/o Dr. Nequi, 6A Andorra la Vella (Principauté d'Andorre), tél. +33/628 36 318

source et la nature de ce phénomène (si vous pouvez intervenir), soit simplement de choisir le lieu le moins déviant, si c'est là l'essentiel pour vous et vos proches.

Pour tester la nocivité des lieux grésillants ou déviants, voir le chapitre suivant: Tester à main nue.

Champs électriques et électromagnétiques

Les appareils suivants sont plus ambitieux mais à la portée de personnes motivées.

Le *Kombitest* teste les réseaux d'alimentation de divers appareillages électriques.

environmental-expert.com/technology.aspx?word=kombitest.

Il est utile pour :

- détecter des câbles, contrôler des appareils et installations,
- donner une appréciation des locaux d'habitation et des chambres à coucher selon les critères relevant du domaine biologique.

Suivant l'antenne utilisée, cet appareil rend visibles et audibles les champs de dispersion à basse fréquence, électriques (0 à 100 mV/m) et magnétiques (0 à 100 nanotesla).

On peut, en se servant d'un classique multimètre d'électricien amateur en vente dans les quincailleries et grands magasins, mesurer une grande partie des déperditions électriques, ainsi que les champs magnétiques et électromagnétiques (Danze* et alia). Se faire initier par un électricien ! On peut même se servir du

multimètre pour mesurer la résistivité de la peau et le voltage du métal en bouche.

Un testeur de prise de terre détecte aussi la phase, pour vérifier si un appareil est bien branché au secteur (un bon interrupteur coupe la phase en amont de l'appareil). Mais il exige un budget et un certain savoir-faire (électricien, domobiologue ou amateur éclairé).

Pour de simples testeurs de phase plus accessibles, voir : hellopro.fr/testeurs-de-phases.

Tableau des fréquences

« Sans l'électricité, il n'y aurait ni matière brute ni êtres vivants, puisque ceux-ci sont composés de matière. » (*Le Péril Électrique*, 1988).

DÉNOMINATION	LONGUEUR D'ONDE	FRÉQUENCE	UTILISATION
ELF (extrêmement basses fréquences)	de 300'000 à 200 km	de 1 à 1'500 Hz	Courants industriels 50 Hz et 60 Hz
VLF (très basses fréquences)	de 200 à 10 km	de 1.5 à 30 kHz	Radio-diffusion, radio-télégraphie, radio balises
Petites ondes (PO)	de 600 à 200 m	de 500 à 1'500 kHz	Radio-diffusion
Ondes intermédiaires (OM)	de 200 à 50 m	de 1,5 à 6 MHz	Radio-diffusion, radio-phares (balises)
Ondes courtes radio (OC)	de 50 à 10 m	de 6 à 30 Mhz	Radio diffusion, radio-télégraphie à grande distance

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

DÉNOMINATION	LONGUEUR D'ONDE	FRÉQUENCE	UTILISATION
Ondes très courtes (VHF)	de 10 à 1 m	de 30 à 300 Mhz	Télévision, radio-télégraphie (balises)
Ondes ultra courtes (UHF et SHF)	de 1 m à 3 mm	de 300 MHz à 100 Ghz	Télévision, radar; faisceaux hertziens, transmission par satellites, fours à micro-ondes, GSM.
Rayonnement infrarouge	de 3 mm à 0.0 µm	de $3 \cdot 10^{11}$ à $3,75 \cdot 10^{14}$ Hz	Chauffage, systèmes de surveillance
Lumière visible	de 0,8 à 0,3 µm	de $3,75 \cdot 10^{14}$ à $7,5 \cdot 10^{14}$ Hz	Rayons laser, enseignes lumineuses
Ultraviolet proche	de 4'000 à 3'000 Å	de $7,5 \cdot 10^{14}$ à 10^{16} Hz	Lumière noire (ambiance et fluorescence)

Gammes et kits

Si vous n'êtes pas professionnel, et si vous appréciez l'émulation du travail d'équipe, achetez un bon appareil semi-professionnel et groupez-vous avec des amis pour partager les frais, l'usage et l'expérience. Voici quelques pistes :

- *Gigahertz Solutions* <gigahertz-solutions.fr> offre une gamme très complète. *Cereb* <cereb.be> se spécialise en électropollution. Voici à titre d'exemple les modules du « Kit de base tout en Un » de *Bio-Espace* <bio-espace.com> (Florian* 253):

- *Multi-ambiance* : sonomètre, luxmètre, thermomètre, humidité relative — avec sacoche fournie.
- *Électricité E/M* : évaluateur de champs électriques et magnétiques 50 Hz.
- Mesure de terre : contrôle de terre, tension et phase. Équipotentiellles.
- Radioactivité : testeur et compteur Geiger.
- Magnétisme naturel du sol : géomagnétomètre.
- Électricité statique : gétecteur et évaluateur de champs.
- Qualité de l'air : mesure du CO.
- Qualité de l'eau : conductimètre, pH-mètre, analyseur d'eau (température, conductivité, rédox, pH).

Les analyseurs de spectre « radio-fréquences »

Un analyseur de spectre est un appareil qui est capable de mesurer l'intensité d'un signal électromagnétique en fonction de sa fréquence. En d'autres mots, il balaye une gamme de fréquences et mesure l'amplitude du signal pour chaque fréquence de la gamme. Le résultat est un graphique avec la fréquence en abscisse et l'amplitude (puissance) du signal en ordonnée.

Analyseurs classiques

Jusqu'à présent, ces appareils coûtaient cher et n'étaient pas facile d'emploi, ni pour la mesure des ondes, ni pour l'interprétation des résultats. De plus, en balayant les fréquences, ils ne pouvaient en mesurer qu'une à la fois. De ce fait, ils ne pouvaient pas capter les variations du signal en temps réel. Toute l'électronique spécifique de l'appareil, surtout de

l'analyse du signal, était pris en charge par des puces et programmes embarqués, ce qui augmente le coût et diminue la flexibilité.

Analyseurs pour ordinateur portable

Les ordinateurs portables actuels sont très puissants. Ils peuvent faire des traitements mathématiques complexes sur des algorithmes puissants. Un simple programme informatique peut transformer un ordinateur portable en analyseur de spectre, pour autant que l'on dispose d'un détecteur pour les fréquences en question.

Mais depuis environ 2007, des détecteurs pour les fréquences utilisées pour la WiFi (normes 802.11 b&g, émission à 2.4 GHz) sont disponibles chez des fabricants tels que *Ubiquiti*, avec le AirView <<http://ubnt.com/airview/downloads>> et le Wi-Spy de *Metageek* <metageek.net/products/wi-spy/>. Ces détecteurs sont dotés d'un connecteur USB et sont livrés avec des logiciels pour PC Windows, Apple Macintosh ou même Linux. La combinaison d'un détecteur et du logiciel transforme un ordinateur portable en analyseur de spectre radio — en temps réel !

Wi-Spy de Metageek

Depuis l'arrivée sur le marché du WiSpy original pour le spectre 2.4 GHz, *Metageek* a développé plusieurs autres produits pour analyser d'autres gammes de fréquences. Le WiSpy DBx couvre toutes les fréquences WiFi: 2.4 GHz (de 2 400 GHz à 2 495 GHz) pour les

normes 802.11 b & g ; et pour le 5 GHz (de 5.150 GHz à 5.850 GHz), utilisé par la WiFi, normes 802.11 a & n.

Analyser le signal GSM et WiFi

Le nouveau Wi-Spy 900x couvre le spectre de 900 MHz (de 862 MHz à 928 MHz) utilisés par certaines antennes GSM.

Aspects pratiques

Les utilisateurs Apple Macintosh peuvent télécharger un logiciel gratuit, Eakiu eakiu.com qui fonctionne avec tous les produits Wi-Spy. Lorsque le Mac tourne Eakiu, on peut suivre les résultats sur iPhone avec EaKiu Remote (\$30).

Le logiciel Windows inclus avec le Wi-Spy 2.4x et Wi-Spy DBx est le Chanalyzer 4.

Le Chanalyzer Lab (\$100), permet la configuration manuelle du matériel.

Le Chanalyzer Pro (\$500) offre plus de fonctionnalité, comme l'identification et la localisation des émetteurs.

En savoir plus sur les analyseurs de spectre

L'article en anglais sur Wikipedia en.wikipedia.org/wiki/Spectrum_analyzer est beaucoup plus complet que l'article en langue française fr.wikipedia.org/wiki/analyseur_de_spectre.

Recours à l'électricien patenté

Un électricien avec des appareils étalonnés aurait

seul la compétence pour prendre des mesures pouvant, sous certaines conditions, être évoquées en justice. Toutefois, un procès est une chose, la sensibilité de nos cellules en est une autre.

LE CORPS, AU-DELÀ DES APPAREILS

Jacques Surbeck* rapporte que, dès 1991, le professeur Carl Blackmann (USA) publiait la *Newsletter n° 102* de la BEMS (*Bio-Electro-Magnetic Society*) montrant que les appareils de mesure (utilisés pour définir des seuils de nocivité ou de non-nocivité des REMP envers les êtres vivants) sont inaptes à en mesurer / détecter tous les effets pervers « sur la vie », car leurs capteurs ne sont pas adaptés aux nuisances que perçoivent toutes les cellules vivantes (végétales, animales, humaines) et moins encore à en détecter les effets perturbateurs, vecteurs de dysfonctions physiologiques. Il caricature en concluant : « Ce qui reviendrait à “mesurer” la température d’un patient avec un baromètre pour affirmer ensuite qu’il n’a aucune fièvre. »

Depuis cette date, rien n’est changé, sauf un éveil grandissant à l’utilité de moyens de détection qualitative qui révèle les affects biologiques.

Jean Uguen enfonce le clou

Le titre de son article est explicite (Uguen*, 13): *Seul le Vivant peut détecter le Vivant — la Vie dans son essence est une information.*

La suite aussi.

Quand l'être humain ne fait plus confiance à ses capacités de perception physique — nos cinq sens — ou intuitives pour appréhender son environnement: il y a péril en la demeure.

Quand il fait uniquement confiance à un écran ou à des cadrans pour mesurer ou quantifier ce qui est ou ce qu'il perçoit, nous pouvons être assurés que nous sommes en train de nous casser le nez sur la vitre d'un monde que nous refusons de voir.

Dans les études officielles réalisées sur l'influence des téléphones portables ou l'impact des antennes relais, ce sont les champs électromagnétiques qui sont mesurés. Mais les valeurs de ces champs exprimées en Volts par mètre, ou celles des fréquences en mégahertz, sont incapables de faire apparaître les perturbations et les nuisances qui affectent les systèmes vivants.

MANIFESTER L'EFFET BIOLOGIQUE D'UNE INFLUENCE

L'effet sur le corps d'une quelconque nuisance, qu'il s'agisse ou non du stress électromagnétique, est d'une évidence criante pour les personnes EHS — ou même simplement électrosensibles — qui ressentent la nuisance comme une tension, une contraction, une crispation intérieure... à la limite, une brûlure.

Lorsque je dus « décharger » ma maison, corrompue par les câbles extérieurs (illégaux) et intérieurs (obsoletes), n'étant armée ni pour mesurer ni pour agir, je n'ai pu me rendre en ville pour acheter — sous les tubes au néon — des appareils dont le simple voisinage m'était douloureux. Et aucune norme usuelle n'aurait

pu cerner la nocivité *pour moi*, écorchée vive, d'objets jusqu'alors inoffensifs : simple bicyclette, mignonnette de butagaz, câble électrique, qui ne m'avaient jusqu'alors jamais perturbée.

J'ai simplement montré les sources de troubles à mon bricoleur de génie qui a fait le nécessaire. Et j'ai imposé à l'électricien une prise de terre « comme pour une usine ». Je supporte depuis lors même la proximité de bornes WiFi qui étaient ma terreur.

Les normes sont ainsi à un moment donné strictement individuelles, elles dépendent de l'épaisseur de notre gaine de myéline. Et l'effet peut être atténué par des moyens vibratoires subtils, non mesurables : ventilation, huiles essentielles, gym...

Donc, mesurer moult grandeurs peut être rassurant, mais ce n'est qu'un aspect des nuisances, il faut aussi considérer leur action sur tel ou tel organisme, compte tenu aussi du lieu. Cet impact qualitatif personnel peut être manifesté par différentes techniques. Citons quelques techniques globales, avant de mentionner des appareils commercialisés, portables et abordables (Bernet*, [<Dialoguer avec la nature>](#), 63-71⁹).

Morathérapie (appareil MORA)

Le nom de l'appareil MORA est un « mot valise »

⁹ Bernet* 2006 et 2009, *Dialoguer avec la Nature, Clefs sensibles des thérapies traditionnelles et quantiques*, [Arbre d'Or 2009](#), [Xenia 2010](#), pp. 31-72. On peut obtenir ce fichier en formats numérique ou papier. Voir également tous mes ouvrages : [<arbredor.com/bernet-helene/voir-tous-les-titres>](#).

associant ceux de ses concepteurs Dr. Morel et Ing. Rasche. Basé sur l'électro-acupuncture allemande conçue par le Dr Voll naturopathe.com/EAV-FR/info-patient01.htm, il mesure par résonance biologique (bio-résonance) la conductivité des points d'acupuncture. Il permet ainsi une évaluation fiable et objective des capacités de régulations vitales, situe les sources de dérégulation (par exemple, problème d'environnement électromagnétique) et détecte les remèdes fréquentiels appropriés, à effet parfois immédiat (Danze*).

Cela démontre que nous sommes liés au milieu non seulement par l'alimentation mais aussi par des échanges d'information vibratoire.

Électrographie (appareil à effet Kirlian)

Cette technique a été développée entre autres par Georges Hadjo* (Banos*). Voir kirliancamera.com/.

L'électrographie, ou électrophotonique, utilise un appareil muni d'une électrode qui permet d'induire un courant électrique. Une émission de photons rend visible et enregistre le champ d'énergie (biochamp, biosphère,...) d'une personne ou d'un produit en contact avec l'électrode, ainsi que les variations de ce champ en fonction d'un protocole de recherche spécifique. Par exemple, évolution dans la durée, ou en fonction d'un récipient, d'un voisinage : comparaison de différents modèles, variétés ou états d'un même produit.

On peut ainsi comparer le biochamp du lait frais juste tiré d'une vache au pré et celui du lait UHT dont on vient d'ouvrir le contenant, puis du même UHT

une heure plus tard. Enfin, les mêmes échantillons après irradiation de 45 sec., 1 minute, etc. au four à micro-ondes.

Cristallisation sensible (thésigraphie)

Le principe de la cristallisation sensible au chlorure de cuivre (cristallisation minérale, morphocristallisation, thésigraphie) a été élaboré par un anthroposophe (E. Pfeiffer) vers 1925.

La cristallisation est une méthode d'analyse qualitative globale. Elle rend visibles des données invisibles et montre ainsi une image du vivant et des énergies qui permet d'évaluer leur qualité énergétique sans considérer les valeurs chimiques.

Le principe consiste à laisser macérer des extraits de substance à tester puis à filtrer cette préparation. Elle sera mélangée au chlorure de cuivre et disposée sur des plaques de verre pour être ensuite stockée dans une étuve, dans des conditions strictes de température et d'hygrométrie. Quatorze heures plus tard, le chlorure de cuivre se sera organisé et donnera une image de cristallisation interprétable.

La cristallisation est possible pour n'importe quel élément (végétal, liquide, sécrétion, goutte de sang...). On peut ainsi détecter l'effet de l'électro- ou radiopollution sur l'équilibre biologique d'un végétal ou d'un animal (homme inclus).

Cette méthode donne par exemple la possibilité aux producteurs et aux consommateurs de produits alimentaires de s'assurer de leur authenticité, et de

détecter l'éventuelle irradiation (courante aux passages de frontière). Elle permet aussi d'étudier différents modes de cuisson comme la cuisson au micro-ondes, qui appauvrit les vitamines des groupes B et C, notamment sur le lait dont elle modifie les protéines et accélère la décomposition.

Pour un être humain, elle permet un diagnostic précis et précoce de toute sorte de pollution ou dysfonctionnement avec imagerie de l'organe concerné. Cette détection précoce a été fort prisee par une amie qui a ainsi pu soigner un cancer en temps utile pour en guérir complètement et ce, il y a plus vingt ans. En parallèle, je lui ai fait changer de chambre, son lit étant sur une faille géologique majeure !

Statigraphie (test postural)

Le statigraphe se compose d'une tige munie d'une pointe traceuse libre d'osciller à partir du fondement de la personne. La pointe dessine ainsi au sol les mouvements réflexes de recherche d'équilibre, selon la qualité énergétique du lieu. Un lieu « négatif » cause en effet une dystonie musculaire, perturbe l'équilibre et fait osciller la personne testée. Cet appareil a fait dans les années 90, sous l'égide du CNRS, l'objet de démonstrations par Rémi Alexandre*, architecte DPLG¹⁰ et géobiologue,

On peut être informé aussi sans appareil. Ainsi, deux tests cliniques professionnels basés sur les réac-

¹⁰ Diplômé par le Gouvernement.

tions neuro-musculaires sont connus : le pouls de Nogier (pratiqué par des médecins) et la kinésiologie.

Pouls de Nogier : de la médecine informative à la biologie numérique.

Le Dr Nogier, acupuncteur pratiquant le pouls chinois, a découvert, par l'expérience du toucher, qu'une modification du pouls intervenait, par réaction musculaire, pour de très nombreuses stimulations. Le médecin prend le pouls de son patient selon une technique spécifique. Les modifications du pouls peuvent être interprétées.

Voir www.pulsology.com.

Kinésiologie : la santé par le toucher

Beaucoup de lecteurs auront déjà tendu leur bras à l'horizontale, et ressenti la différence d'énergie « avant-après » selon, par exemple, l'aliment posé sur le plexus. On évalue ainsi le degré d'eutonie ou dystonie musculaire. Cela permet, par exemple, de détecter facilement les allergènes : le bras s'affaisse à la moindre pression.

C'est par le *Touch For Health*¹¹ que cette technique a commencé. Le Dr John Thie, chiropracteur, a mis ce test à la portée de tous. On peut l'apprendre en un ou deux jours auprès d'un(e) kinésiologue ou lors de stages offrant des formations plus complètes pour thérapeutes.

¹¹ *Toucher de Santé* ou *Santé par le Toucher*.

Il existe plusieurs centres d'enseignement dans les pays francophones.

Voir les nombreux ouvrages et sites internet, par exemple :
<kinesiologie-bruxelles.be/touch-for-health>,
<kinesiologie.fr> (enseignement intensif en trois jours).

PREMIER TEST AUTONOME : LE BALLON VIRTUEL

On ne peut à tout moment consulter un électricien, un domologue (éco-géobiologue, bio-électricien), un médecin, un kinésologue, un nutritionniste, voire un chien goûteur, ni transporter une valise d'instruments de mesure — au risque de devenir hypocondriaque. Il faut une plus grande autonomie pour faire les bons choix dans la vie quotidienne ou tester les variations de l'état personnel selon les circonstances.

La clef du présent ouvrage est d'inciter à l'autonomie pour détecter et identifier les problèmes et évaluer leur solution — le plus tôt, le mieux !

Le test musculaire à la base de la kinésiologie (*Touch for Health*) est accessible à tous, en toutes circonstances.

Le ballon virtuel, « alerte énergétique »

Enseigné comme première étape de la kinésiologie, il se pratique à deux. Une personne seule peut le pratiquer sans aide, comme suit, le bras gauche jouant le rôle de la personne qui teste... le bras droit.

Posture de départ : comme si vous portiez un gros ballon, la main gauche en appui sur la droite teste le tonus du bras droit.

Tester pour commencer différentes portions du mur. Évaluer la différence de tonus musculaire selon que vous vous appuyez (avec la même posture et la même résistance) sur un bon mur « sans histoire » ou sur une prise de courant ou un interrupteur.

Ainsi, par sa force ou sa faiblesse — eutonie ou dystonie — votre bras vous indique ce qui est favorable ou défavorable, au bien-être d'abord, à la santé ensuite. Vous pouvez continuer les exercices en vous approchant du panier à fruits, d'une grosse poubelle, d'un double vitrage en face d'un pylône électrique, de la porte des WC, en ayant d'abord rabattu puis levé le couvercle de la cuvette, etc.

Ensuite, éloignez-vous puis rapprochez-vous tranquillement de la prise de courant qui a affaibli votre bras au contact direct, en « écoutant » le ballon pour sentir à quel moment il commence à se dégonfler. Vous évaluez ainsi la distance de réaction : c'est la distance à respecter pour respecter votre énergie vitale.

Recommencez dans votre cuisine, pour apprécier la qualité énergétique de vos aliments..

Vous disposez ainsi en permanence d'une « alerte énergétique » gratuite et toujours disponible.

Nous partageons ce don de naissance avec tout le vivant

Les noms du test ne sont point inscrits dans une terminologie normalisée, ni définis par l'Académie française. On rencontre donc, selon l'auteur et le contexte, divers vocables pour un même concept : « test musculaire », « test sensitif », « test kinésique »,

« biotest », « kinétest », « radiesthésie somato-sensorielle »... et j'en passe. J'y réfère ci-après simplement par « test » et « tester ». L'essentiel *in fine* sera d'évaluer la qualité de l'environnement (ou l'efficacité des antidotes) de manière assez fiable pour guider la vie quotidienne — ou l'action du spécialiste !

Nous avons vu que le docteur Dieuzaide* a rendu accessible à tous un test postural, enseigné à des milliers de personnes, qui ont appris, en levant les deux bras, à tester leur état général par celui des muscles du cou. Nous avons vu également que notre ballon virtuel est un détecteur de problèmes et de solutions.

Un test musculaire moins spectaculaire, utilisable en toutes circonstances, permet de s'informer à tout moment sur notre relation avec l'environnement, un vêtement, un aliment, un objet, une association... Les principes en ont été exposés dans mes précédents ouvrages¹².

Une synthèse en est présentée ci-après. Les initiés peuvent se rendre directement au chapitre suivant : *Que faire en cas de surcharge de champs EM ?*

COMMENT EST-CE POSSIBLE ?

Le sens réflexe, notre survie

Le « sens réflexe », selon les termes d'Hubert Reeves* (180-181), est une faculté qui permet à tout être vivant d'accueillir ce qui lui est favorable (confort, santé ou reproduction de l'espèce) — et de fuir son contraire.

¹² [Dialoguer avec la Nature, Arbre d'Or](#) et [Xenia 2010](#), pp. 31-72). Voir note 6.

Ce sens premier, que nous partageons avec tout vivant et donc avec d'autres formes d'êtres, ne fonctionne spontanément chez l'Occidental moyen actuel que dans les cas aigus (risque de se brûler, par exemple). Mais il peut être écouté et aiguisé comme auxiliaire du bien-être au quotidien et de la santé au long cours. Toute personne persévérante et motivée peut écouter son sens réflexe et affiner sa biosensibilité. Ce chapitre décrit comment progresser, des premières étapes d'éveil en ce sens jusqu'à la pratique sur le terrain, grâce à des exercices appropriés.

Chez le mammifère (dont l'homme), les circuits du système nerveux analysent les données captées par les sens et déterminent s'il s'agit d'un élément favorable ou non, agréable ou non.

Voir le site du Dr Antoine Achram <<http://sois.fr/>>.

Toutefois l'amibe, animal unicellulaire dépourvu de bulbe rachidien, est dotée d'un sens réflexe qui permet sa survie par acceptation ou refus. Et nos cellules ?

Exercer le sens réflexe

Nos gestes sont l'effet de mouvements des muscles. Les muscles peuvent être utilisés de manière volontaire ou être mus en mode réflexe — involontaire.

L'effet du geste est connu des pratiquants d'arts martiaux : ils gèrent l'énergie bonne ou mauvaise émise par l'une ou l'autre spirale du bras. Ainsi, le poing près de la hanche est en supination (paume vers le ciel) et soutient l'énergie personnelle : le poing en pronation (paume vers le sol) dirigé vers l'adver-

saire attaque son corps énergétique autant que son corps physique.

Dans la pratique des arts martiaux, il est enseigné que nous possédons un deuxième cerveau, le plexus solaire. La science confirme que ce plexus est richement innervé. Il réagit beaucoup plus rapidement (en 1/10^e de seconde) que le cerveau crânien qui fait des calculs, et il est programmable. On peut ainsi, par apprentissage et éducation, faire qu'il réagisse intelligemment à une situation physique ou énergétique donnée. Pour accéder à cette compétence, tant l'écoute (la perception) que l'action adéquate (neutralisation d'une attaque) sont exercés régulièrement dans de très nombreux cas concrets, en conscience, sur les plans physique et énergétique, les trois aspects étant alors indissociables.

Le geste peut devenir symbolique, et le symbole correspond alors à l'énergie émise. Ainsi, le geste du bras de Néron à l'issue d'un combat de gladiateurs (le pouce vers le ciel : « qu'il vive » : le pouce vers le sol : « qu'il meure ») est à la fois un langage énergétique et un geste opératoire, suivi d'effet immédiat et irréversible.

Mais recevoir de l'énergie, favorable ou défavorable, de l'extérieur au lieu d'en émettre provoque aussi un réflexe musculaire, une supination (pouce vers le haut) ou une pronation (pouce vers le bas). C'est le sens réflexe. Utilisé consciemment, ce sens réflexe est un atout.

Le corps-antenne

Chez l'être humain, le corps tend à s'ouvrir, bras écartés, visage rayonnant, ou à se fermer, avec le dos rond, les sourcils froncés et la bouche pincée. Les petits enfants expriment ainsi spontanément leurs désirs et refus.

De même, à l'annonce d'une heureuse nouvelle ou à l'approche d'un ami attendu, on peut sentir que les bras sont prêts à s'ouvrir en montant et que les poumons respirent plus amplement. En présence de bons aliments, la supination de la main (paume vers le haut) peut les mener à la bouche. Ces mouvements sont accompagnés d'une plus grande tonicité musculaire (eutonie).

Au contraire, si la situation est détestable, on courbe l'échine, on retient son souffle, les bras se croisent. La pronation de la main (paume vers le bas) conduit à lâcher ce qu'elle tient. Ces mouvements sont accompagnés d'une moindre tonicité musculaire (dystonie), sauf en situation de combat (coup de coude dans les côtes).

Bien sûr, pour un adulte, il ne s'agit pas de retrouver sans contrôle toute la mimique du jeune enfant, gênante en société. Apprentissage et éducation permettront de limiter les mouvements à une seule partie du corps qui réagira seule à un stimulus. C'est la gestion du bien-être au quotidien par une information instantanée, discrète et toujours disponible. Un simple test indique l'effet énergétique d'un aliment,

d'un objet, d'une pollution,... C'est justement et précisément ce qui nous intéresse.

Il est proposé d'exercer les muscles de l'avant-bras et de la main, puis des doigts : ils manifesteront localement le ressenti global. Ces muscles pourront exprimer l'ouverture (favorable, OK) ou la fermeture (défavorable, NOK). Ce fait permet de déceler à l'avance ce qui nous convient et d'éviter ce qui ne nous convient pas. C'est utile pour de bons achats et très précieux en cas d'allergie. Nous verrons les étapes d'apprentissage dans la section *Pratique : J'écoute ma main*.

Le sens réflexe conscient repose sur l'écoute

Savoir écouter et interpréter le sens réflexe peut, pour une majorité de personnes, être une étape suffisante, car elle permet, à moindre coût et moindre effort, d'optimiser l'alimentation et d'éviter les pires erreurs en matière d'habitat.

Pour laisser s'exprimer le sens réflexe par des signaux physiques, on s'exerce d'abord à discerner à la main :

- ce qui nous est biologiquement favorable (« biogénique »), et
- ce qui ne l'est pas (« biocidique »).

Il ne s'agit pas de poser une question « oui » ou « non », mais de ressentir directement l'accord ou le désaccord entre nous et un aliment à consommer (ou un lieu de séjour à occuper). Ultérieurement, pouvoir ressentir directement l'harmonie entre les composantes de tout un repas (ou les meubles d'une pièce

de séjour). Ensuite, chacun perfectionne l'instrument selon ses affinités et compétences. Il peut s'agir par exemple, pour un centre thérapeutique, de veiller à l'harmonie de tout l'établissement — comme pour une abbaye.

Pour que les signaux physiques se manifestent dans un corps « en ordre », on commence par accueillir deux idées :

Voir : Précautions, ci-après.

- 1) Quand je présente ma main près de l'objet (ou du lieu à tester), avec attention et intention d'écoute, il y a perception (généralement non consciente, mais réelle), et cette perception entraîne une réponse (réflexe) : l'avant-bras (prolongé par la main) tend tout naturellement à effectuer une rotation (grâce au radius mû par les muscles qui reçoivent l'énergie).
- 2) Je peux décoder ces mouvements naturels de la main qui esquisse :
 - un geste d'ouverture, paume vers le haut (supination) qui révèle l'acceptation (besoin, désir, accueil,...),
 - un geste de fermeture, paume vers le bas (pronation) pour manifester un refus.

Plus de détails dans mon livre, [Dialoguer avec la nature](#).

Un éveil

Il existe des différences individuelles de sensibilité, reçues à la naissance et modulées (consciemment

ou non) au cours d'une vie. Certaines personnes ont conservé leur sensibilité native, leur ressenti. Elles reçoivent en direct une information globale sur la qualité de l'environnement. D'autres personnes l'ont oubliée. Toutefois, les cellules restent exposées aux nuisances incontrôlées et elles sont capables de réactions plus ou moins plaisantes à terme.

Un Occidental éduqué rationnellement, citadin aguerri, a généralement perdu sa biosensibilité. Il en est de même d'un agriculteur moderne, plus entrepreneur que paysan. Un cultivateur au volant d'un tracteur avec air conditionné — et parfois, un téléviseur (!), fumant ou portant un masque antipoison pendant un épandage, est parfois plus pollué qu'un citadin et sujet à des troubles chroniques.

De nombreux adultes ont pu toutefois réhabiliter et rendre fonctionnel ce sens endormi.

Un réveil

Le réveil de nos récepteurs se fait en les écoutant avec attention et persévérance.

Un chemin est indiqué ci-après. Ce que nous présentons dans ce livre pourrait être suffisant pour une personne qui a déjà fait ses premiers pas en énergétique (Qi Gong, baguettes, kinésiologie etc.) ou celle qui a conservé son ressenti natif pour avoir vécu à la campagne, nourrie des fruits de son potager. Les néophytes ont souvent besoin d'une période de double conduite avec une personne expérimentée avant le lâcher seul — suivi d'un entraînement progressif régulier.

Nous commencerons par des exercices de base : rotation de la main (avant-bras) manifestant une ouverture ou une fermeture suite à l'écoute par cette main. Ce test suffit pour détecter les aliments corrects (« OK ») et laisser sur l'étagère ceux qui ne le sont pas (« NOK ») — ou pour évaluer la neutralité (ou nocivité) d'un élément de l'environnement, visible ou non visible : borne WiFi, luminaire, cloison et ce qu'elle cache.

PRINCIPES DE L'ENTRAÎNEMENT PROPOSÉ

Comment pratiquer les tests ?

Le choix est grand, mais le principe est unique.

Le « sixième sens », qui est à la fois la base du sens réflexe et celle d'une biosensibilité plus étendue et modulable, est en fait le premier, un proto-sens à la source des cinq sens organiques. Il réside dans chacune de nos milliards de cellules et concerne ainsi tout notre corps. Il se manifeste en fonction de l'attention qu'on lui accorde — et peut aussi faire irruption sans être invité, comme dans l'exemple ci-après.

Il m'arrive de recevoir un message du pied qui se courbe avec grâce en position de fermeture, tandis que les orteils se tordent en crampe douloureuse. Au cours du temps, j'ai compris que ce « mal-aise » n'a rien d'arbitraire : c'est un message et un avertissement. Je teste alors l'énergie locale : négative ! Il peut s'agir d'une chaussure imprégnée ou du voisinage d'objets au sol. Fini le problème, finie la crampe !

Dans l'autre sens, l'ouverture du pied. Dans son récit de guerre (14-18!), Jacques Duval rapporte les propos d'un soldat venu droit de la campagne. Description imagée et réaliste d'un état de quiétude béate jusqu'aux orteils: « Les arpions en bouquet de violette ». Ce langage du pied me fut confirmé par une kinésithérapeute: tourne le pied droit vers la gauche pour refermer les orteils, vers la droite pour les ouvrir et plus facilement ainsi exercer l'abducteur du gros orteil.

Mes jambes elles-mêmes peuvent se croiser au passage d'une zone négative, ce qui souvent dénonce l'objet intrus à déplacer. De l'ordre, Madame! Le visage aussi a son code sémantique, soit par la mimique globale, soit par mouvement d'un sourcil, de deux sourcils, du nez, de la bouche ou ... du souffle.

Le test musculaire (présenté ci-après) peut donc se pratiquer avec toute partie du corps. De ce fait, de nombreuses méthodes de détection, apparemment différentes, sont basées sur le même ressenti: simple réflexe de survie ou biosensibilité plus nuancée.

Le test musculaire, sous une forme ou une autre, est de plus en plus utilisé: par exemple par des médecins pour évaluer la compatibilité de remèdes ou l'effet d'un médicament pour un patient donné.

Ce test est polyvalent. Il peut, avec un minimum d'entraînement, être utilisé aussi pour autrui. Ensuite, les autres usages dépendent des intérêts de chacun.

Ma mère a ainsi découvert qu'elle pouvait sentir que

tel explorateur, dont on avait perdu la trace en Amazonie, était décédé: ce qui fut confirmé par la suite.

Le test du bras

Vous vous êtes entretemps exercé(e), avec votre ballon virtuel, à pratiquer seul(e) le test du bras, un bras jouant le rôle de la kinésologue qui teste le tonus de l'autre bras, celui qui porte votre nom..

Une alerte énergétique

Vous savez ainsi évaluer la différence de tonus musculaire selon que vous vous appuyez (avec la même posture) sur un bon mur plain ou sur une prise de courant, un interrupteur, un double vitrage en face de lignes électriques etc.

La « distance de réaction » fait partie de votre quotidien, puisque vous savez, en vous approchant de votre ordnateur ou de votre téléphone sans fil (DECT ou mobile), si vous pouvez les côtoyer ou s'il vaut mieux prendre d'abord certaines précautions.

Approchez-vous de même de votre lampe de chevet, du four à micro-ondes de la cantine (car chez vous il n'y en a pas), et de ce que le bon sens pourra vous vous suggérer.

... et un panneau indicateur

Ce sens réflexe animal peut être développé au plan humain en rameaux différenciés. Ainsi, nous pou-

vons tester un réconfortant (antidote), ce que le chat ne fera pas.

Par exemple : Prenez une fiole d'huile essentielle de cyprès et approchez-vous de la prise de courant qui a précédemment « dégonflé » votre ballon d'énergie. Votre ballon reste ferme : l'huile essentielle vous aide. Recommencez avec un pain de savon d'Alep, un morceau de galène, et appréciez ce qui « gonfle » le mieux votre ballon. Voir le chapitre *E-Remèdes* pour d'autres suggestions. C'est tout !

Vous disposez ainsi en permanence d'une « alerte énergétique » gratuite et toujours disponible... ainsi que d'un panneau indicateur pour le recours (secours).

Si ces tests vous suffisent, sautez le chapitre suivant, à réserver pour le moment où vous souhaitez affiner votre compétence.

Le test de la main ou des doigts

Je propose d'exercer une variante plus discrète du test musculaire, fondée sur le contraste pronation/supination. Il présente en effet de nombreux avantages : il se pratique seul, sans espace, en toutes circonstances, utilisant au choix, comme nous allons voir, une main, les doigts d'une seule main, deux mains, ou les deux avant-bras (grande ouverture ou fermeture).

Le champ de conscience

L'état mental est aussi important que le corps-antenne. La bonne attitude : être vigilant, focaliser

son attention sur l'objet du test, en évacuant toute crainte (« Vais-je réussir ? ») et toute pensée parasite (« Aie, mes impôts ! »). Il faut aussi — ce qui est plus difficile — évacuer toute idée *préconçue* sur le résultat du test. C'est un véritable exercice de conscience de soi et de maîtrise du champ de conscience, car on ne peut se fier à un test du genre : « Ai-je une idée préconçue ? » (paradoxe du menteur).

Petite astuce : déceler la croyance ou la préférence quant au résultat du test, et ouvrir volontairement un espace mental pour *d'autres* possibilités. C'est une « Brain gym », sorte de musculation mentale.

Faire équipe

S'exercer d'abord à deux ou trois permet de bénéficier de l'émulation et d'un certain contrôle : « Trouvons-nous la même chose ? »

PRATIQUE : J'ÉCOUTE MA MAIN

Rappel : si elle est offerte à l'écoute, la main (l'avant-bras) tend à se mettre :

- en supination (paume vers le haut) s'il y a accord, confort ou apport énergétique,
- en pronation (paume vers le bas) s'il y a désaccord, malaise ou perte énergétique.

La main reste en l'état, sans mouvement particulier, si le choix est indifférent.

L'écoute se fait d'abord de près, puis avec l'habitude, elle se fera même à distance, par le regard et

l'empathie. On peut ainsi tâter la Lune et le Soleil — et une bouteille de vin inaccessible sur l'étagère supérieure.

L'écoute d'une seule main est parente du « Touch for Health », qui opère sur un bras.

On peut aussi pratiquer diverses variantes, en fonction des circonstances. La variante suivante, à deux mains, est parfois plus appropriée :

- La main réceptrice (gauche, pour un droitier) est à l'écoute, mais reste immobile.
- L'autre main, indicatrice, manifeste l'information.

La main indicatrice peut aussi pendre librement le long du corps (sous la table ?), les mouvements du radius vont alors vers la droite ou la gauche. Si l'épaule est souple et que l'on accorde au bras un degré de liberté, c'est tout le bras qui peut osciller, comme un pendule, dans le sens horaire ou en sens inverse. Le mouvement est, paradoxalement, favorisé si le bras porte un poids. Nous sommes là plus loin du réflexe de survie, plus proche de l'usage d'un pendule. Mais où est la frontière ?

Étape « pour moi »

Les premiers tests correspondent au sens animal de survie. C'est ainsi que dans un pré, sans conceptualiser, la vache détecte et sélectionne les herbes qui lui conviennent, et le chat, celles qui le purgeront. Pour nous, ils répondent à la question que l'on se pose comme être pensant : « Consommer ou ne pas consommer ? ».

Les premiers objets de tests seront les aliments personnels, car la motivation est claire et la vérification, aisée. Par exemple : « Cette pomme me convient, je la mange ». On peut faire des exercices progressifs, par exemple distinguer chez soi :

- œuf frais et œuf périmé,
- eau chaude collective et eau de source en bouteille de verre,
- autres aliments, en bon ou en mauvais état, cachés sous un linge propre, clair et uni.

En bref :

« Pour moi, ceci est OK » (ouverture) ou
« pour moi, ceci est NOK » (fermeture).

De la nourriture on passe au *lieu de repos*, comme le chien des nomades : il choisit un lieu, que les humains ensuite occuperont à sa place !

Les trois étapes suivantes peuvent être pratiquées dans un ordre quelconque.

Étape « association » de deux éléments (ou « affinité »)

Nous avons déjà vu comment tester l'affinité entre soi-même et un aliment.

D'autres relations, bonnes ou mauvaises, peuvent être ainsi ressenties :

« L'association de ces aliments est OK » ou
« l'association de ces aliments est NOK ».

On cherchera ensuite « la touche (!) du chef », en

testant les associations avec herbes, épices, condiments, oléagineux et... compléments conditionnés (de moins en moins demandés).

De même pour les boissons :

- un vin blanc s'accorde avec la plupart des poissons,
- le tanin d'un vin rouge entre en conflit avec la plupart des poissons.

On teste ainsi l'harmonie entre tous les ingrédients d'un mets. On pourra aller jusqu'à cuisiner sans recette ! Juste en testant « à la main ».

Un peu plus d'expérience, et on vérifiera l'accord entre tous les mets, accompagnements et boisson d'un repas.

Des aliments on passe à des éléments de l'habitat, par exemple l'affinité entre une plante et le poste de télévision (allumé, éteint, ou en veilleuse).

Étape « accord » (besoin ou tolérance) pour telle personne

On teste l'accord entre un aliment et une tierce personne de la famille :

- « Pour tel parent, cet aliment est OK »
(toléré ou demandé) ou
- « Pour tel parent, cet aliment est NOK »
(non toléré ou non demandé).

De même, on pourra ressentir l'accord entre le bébé et le biscuit, entre le bébé et son berceau pour vérifier qu'il n'est pas « à risques ».

Étape « Nuances »

En affinant l'écoute, le test contrasté (OK ou NOK) s'enrichira de nuances :

- « Tel aliment est presque OK » (ou « presque OK »)
- « Tel aliment est indifférent »
- « Tel aliment comporte plusieurs composantes, diversement OK et NOK »

Mon premier test « Nuances » fut de déceler spontanément que ma chicorée était OK et mon café NOK, car la durée de supination / pronation correspondait à la proportion chicorée / café de mon breuvage.

De même on saura quel élément de notre bureau-tique est impliqué dans notre fatigue : le clavier, la souris, son tapis, le bloc logique ou un autre élément ? Ou pourquoi notre lit n'est pas un lieu idéal de repos.

PRÉCAUTIONS POUR UN RESENTI FIABLE

Pour que les tests soient précis, il faut veiller à la qualité de l'instrument, c'est-à-dire : nos cellules réceptrices, les circuits d'énergie et l'état d'esprit.

Un bon reporter doit aussi soigner son équipement : voiture, appareil photo et santé : faire preuve de vigilance, de patience et d'écoute : effacer les préjugés.

Le corps n'est pas toujours énergétiquement capable de dire vrai, même s'il est bien alimenté, et l'habitat, ventilé. Quelques précautions s'imposent. Les débutants seront particulièrement vigilants.

Avant chaque séance d'entraînement

Boire un verre d'eau. Choisir un lieu calme et harmonieux. Décroiser les jambes (toujours, en énergétique !). Rester Zen. Vérifier si l'on est en « état de marche » ou non. Comment ?

Dans certains cas, on sent directement que « cela ne va pas ». Il y a peut-être une gêne passagère (contrariété, choc, crainte,...) ? Il faudra attendre un moment plus serein.

En cas de doute, pratiquez les tests de base suivants :

- a) Poser la main gauche sur le plexus solaire et écouter la main droite qui peut manifester OK ou NOK.
- b) Tester de même l'énergie émise par les doigts de la main gauche.
- c) Debout, poser la main gauche au-dessus de la tête et tester avec la main droite. Pour soi-même, homme ou femme, elle montre OK ou NOK.

Attention : pour autrui, elle se met en supination sur une femme, et en pronation sur un homme : le contraire sous le ... menton.

Si les trois tests sont positifs, en principe le testeur peut tester. Sinon, il peut suffire de faire circuler l'énergie. Au choix, selon les circonstances :

- Respirer à fond devant la fenêtre ouverte.
- Passer les mains, poignets et avant-bras sous l'eau froide.
- Faire des échauffements : mouvements des épaules, bras, poignets, doigts.

- Courir autour du parc voisin pour faire le plein de bonne énergie.
- Changer de vêtement (voir ci-après : *Électricité et bien-être — Vêtements et accessoires*).
- Prendre un bain chaud salé dix minutes, suivi d'une douche fraîche.

Si ce ressourcement ne suffit pas

Une enquête commence, dont les détails ne peuvent figurer dans cet ouvrage. Trois pistes toutes fois s'offrent dès l'abord :

- a) Intoxication chronique ? Abus de tabac, de sucre, d'alcool ou d'une autre drogue, même légère (Coca-Cola) ? Il faudra peut-être faire une cure. Demander un « contrôle technique » à un(e) kinésologue, un(e) nutritionniste, ou au moins à une personne sensitive plus avancée et déjà détoxifiée.
- b) Le lieu de vie ? Lisez un bon ouvrage de Feng Shui énergétique (je ne m'occupe pas des aspects « astrologie et boussole », libre à chacun). Vous y trouverez quelques pistes sur la « modulation de fréquence » par les formes, les couleurs, les sons, les mobiles et l'eau en mouvement (Karen Kingston*, Prof. Lim Jes*, voir aussi vielharmonie.de/en/seminars/lim/lim.php et feng-shui.com/en/dr-lim.html). Un assainisseur d'ambiance aux huiles essentielles vous servira aussi en voyage. Au-delà, l'action sera du ressort de la domobiologie, jusqu'au moment où vous serez autonome.

- c) Des cicatrices ? Elles peuvent constituer un obstacle à la circulation de l'énergie-information. Les circuits énergétiques endommagés peuvent être rétablis par des massages ou des « pontages » énergétiques, notamment par des cataplasmes d'argile appliqués pendant plusieurs semaines. Si un canal s'avère irrécupérable, on peut lui en substituer un autre : la main gauche, le visage ou les orteils au lieu de la main droite.

Au long cours

On peut améliorer, ouvrir et élargir les facultés d'écoute, en aiguisant les « cinq » sens connus (mieux goûter les saveurs, apprécier les arômes, écouter les sons légers...).

Plusieurs cures de détox, nettoyages cellulaires prolongés, sont parfois nécessaires, pour les citadins qui vivent dans la grande soupe d'électrosmog et respirent un air épais, entre goudron et béton.

Bonne nouvelle : au fur et à mesure que votre ressenti progresse, votre alimentation et votre mode de vie progressent. En amorçant une spirale évolutive, l'exercice de la biosensibilité permet d'améliorer la condition générale : physique, énergétique, émotionnelle et mentale. En bref, l'intox diminue, la détox au quotidien s'installe. Le régime de croisière est très serein.

Pour démarrer en douceur, pour soi et pour l'habitat, voir Gérault-Mary.*

Pour aller plus loin

On peut développer progressivement, une biosensibilité de plus en plus performante — comme on apprend la maîtrise d'une langue ou d'un instrument de musique. Son champ d'exploration et de perception dans tous les domaines de la vie a même servi de terrain à maintes découvertes scientifiques.

Pour certaines personnes, il s'agit d'un changement de paradigme et cela ne se fait pas en un jour. Il faut de la patience et de la constance pour s'exercer régulièrement, si peu soit-il : l'apprentissage d'une compétence implique tant le psychisme que les cellules.

Il faut « faire des gammes », un peu tous les jours, comme le musicien s'entraîne pour acquérir et intégrer la maîtrise de son instrument. Pratiquer une discipline énergétique (voir *E-Remèdes*) est un atout.

L'exercice de la biosensibilité devrait ensuite devenir aussi familier, naturel et banal que d'ouvrir les paupières pour voir. L'écoute et le discernement sont intégrés, disponibles à la demande, sur n'importe quoi, n'importe où, puis en n'importe quelle circonstance, même en voiture ou en avion. Sauf en cas de stress qui affecte nos sens et parasite nos cellules.

QUE FAIRE EN CAS DE SURCHARGE DE CHAMPS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES ?

Ayant fait l'un de ces tests, vous avez constaté une surcharge de champs électro-magnétiques (EM).

Quelles actions entreprendre ?

ÉLECTRICIEN

D'abord vous adresser à l'électricien, pour vérifier l'installation en général et la prise de terre en particulier. Il devra probablement la mettre aux normes — non pas « de sécurité » mais de biocompatibilité. Il devra éventuellement aménager des disjoncteurs et/ou poser des interrupteurs spéciaux (bipolaires, tripolaires ou biorupteur).

Voir ci-après : L'habitat : champs électromagnétiques et l'annexe II : Installation électrique saine (électrobiologique).

AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR

Avez-vous transformé votre chambre à coucher en salle des machines ?

Dans le bureau, votre ordinateur est-il au centre d'un fouillis, entre la photocopieuse et l'imprimante ? Embrouillez-vous les câbles électriques comme un chat traiterai des fils de laine ?

Tout désordre, ou conflit d'appareils, augmente l'impact de la pollution EM, et celui de la pollution chimique en prime, voir *Cumul*.

SANS MÉNAGEMENT

Travaillez-vous sous un éclairage luminescent ? Intense ? Avec des lunettes jamais rincées à l'eau froide ? Face à un poste de télévision encombré de cassettes et d'antennes pour décodeur ? Et pour faire bonne mesure, sur un tapis synthétique collé au formol ?

FACTEURS PERSONNELS

Êtes-vous le / la seul(e) de la famille (ou au bureau) à « sentir » l'électricité ?

Examinez en quoi vous êtes différent(e) : est-ce la denture (autre que d'émail et d'ivoire originels), le vêtement (voir chapitre suivant), votre usage immodéré d'appareils, ou encore de fréquents voyages ? Puis étudiez le chapitre *E-Remèdes* pour y trouver les solutions adaptées à votre cas.

CONCLUSION PROVISOIRE

Si on ne peut s'éloigner de la source de champs EM, il faudra réduire l'intensité des champs à la source : moins d'appareils, câblage plus net, débranché dès que possible.

Si ces mesures se révèlent insuffisantes par mesure de sécurité, il reste à mieux gérer les flux énergétiques, personnels et environnementaux. Il s'agit de respecter une hygiène appropriée et quelques règles élémentaires d'énergétique domestique (formes, matières, voisinage,...), voire, de géobiologie.

C'est le thème du chapitre suivant.

Il existe un « code de bon usage » du confort électrique, en faveur du budget « santé » et du budget financier : c'est meilleur et moins cher.

QUELQUES PRÉCAUTIONS GÉNÉRALES

Limitier les champs EM

Tout fil sous tension, ou parcouru par un courant, émet un champ EM auquel l'homme est sensible. Donc :

- débrancher les appareils après utilisation, ou pleine recharge d'accus,
- démêler les enchevêtrements de fils,
- placer sur l'installation un biorupteur, qui met celle-ci en mode veille dès qu'il n'y a plus de consommation sur le circuit (particulièrement recommandé pour les circuits des chambres à coucher).

Une veilleuse coûte et pollue

Radio, TV, four à micro-ondes, aspirateur de table, etc. : tous ces appareils, qui possèdent une horloge ou des témoins lumineux, consomment de l'électricité lorsqu'ils sont en mode veille. Les consommations de veille représentent 7 à 15 % du total de la facture d'électricité. Pour la Belgique, cela représente un

gaspillage de presque 2 milliards de kWh (et pour la France ?). Le bon réflexe : éteindre ou mieux, débrancher ces appareils après usage. Fermer portes et fenêtres en cas de chauffage.

En outre, nous verrons qu'un téléviseur en veille contribue à la dépendance de l'utilisateur.

Définir l'essentiel

Parmi les sollicitations du monde tout électrique, il faudra faire des choix et arbitrer entre désir immédiat et santé au long cours. De nombreuses personnes ne peuvent plus travailler dans un bureau, aller en ville ou sortir le soir, du fait des ondes devenues intolérables ! Par conséquent, il est préférable de modérer volontairement l'usage des téléphones sans fil et des surplus électroniques (jeux, vidéo, télécommande,...) et même, celui des appareils électroménagers ou autres (téléviseurs, micro-ordinateurs, photocopieurs...) avant d'y être contraint(e) par le refus du système nerveux !

Notre position en face d'un ordinateur contribue aussi à modérer ou accentuer l'impact des ondes sur notre santé : <http://www.youtube.com/watch?v=nj5DjjaYW5o>

Nouvelle protection à large spectre dans les hautes fréquences

La très jeune firme allemande Eudorm GbR a été créée en septembre 2011 par R. Galle et C. Rittershausen www.eudorm.de. Ils ont mis au point une sé-

rie de protections locales (sous-matelas, couverture, paravent), en cours de brevet.

Protections métalliques du lieu de sommeil

Le sous-matelas se compose de plusieurs couches fines de mailles métalliques, différentes en structure et matière. Elles filtrent les zones de fréquences de 1 à 26 Ghz. Leur effet protecteur a été vérifié par un institut allemand spécialisé (*Institut für Hochfrequenztechnik und Elektrotechnik au sein du Karlsruher Institut für Technologie - KIT*).

Le résultat de l'expertise montre que la protection atteint, selon les fréquences, 95 à 99,7% de l'intensité du rayonnement.

Les sources techniques concernées sont surtout extérieures (satellites, radars, recherche par radio, sondes spatiales etc.); rares à l'intérieur (bluetooth, four à micro-ondes). Le rayonnement peut provenir directement de la source ou être diffusé par le milieu : eau, gaz, minéraux, failles.

Limites inférieure et supérieure

Les radiations des équipements domestiques sont essentiellement en basses et très basses fréquences (EBF), inférieures à 1 GHz. Leurs effets biologiques sont avérés mais elles ne sont pas couvertes par la protection Eudorm.

Au-delà de 26 GHz on trouve certains radars, la radio-activité et autres bandes de fréquences inamicales.

Donc, prudence et précautions restent de mise.

PRÉCAUTIONS PERSONNELLES

Ouvrages dentaires

Les amalgames, bridges et pivots, combinés à la salive (eau salée, conductrice d'électricité, reliant les métaux entre eux) peuvent faire office de condensateur ou d'antenne.

Le voltage est non négligeable. Les dents métalliques font fonction de relais de la pollution ambiante. Les dents peuvent littéralement fondre sous l'effet conjugué des métaux et de l'électricité. Certains dentistes sont équipés pour mesurer les tensions parasites en bouche. Il s'agit d'une précaution élémentaire, surtout pour les (futurs ?) électrosensibles.

Le problème est amplifié si un bridge à base métallique relie les hémisphères gauche et droit du cerveau. Je suis devenue plus sensible à l'électricité après la pose d'un bridge central reliant les hémisphères cérébraux, et moins sensible lorsqu'il fut scindé.

Des dentistes énergéticiens ré-équilibrent la denture par le toucher. Certains sont efficaces. Celui que j'ai consulté ne l'était pas dans mon cas — peut-être pour d'autres ?

Vêtements et accessoires

Prudence

Éviter de porter des vêtements et accessoires qui parasitent les signaux ou bloquent la circulation éner-

gétique : une écharpe tortillée, une ceinture cloutée, trop lourde ou trop serrée, des bottes portées à contre-temps (bonnes pour la neige, la gadoue ou l'équitation, pas dans un salon), un attirail de cow-boy en ville, tous ces intrus peuvent être un obstacle au ressenti balbutiant. Les vêtements noirs doivent leur couleur à une saturation de pigments chimiques : porter avec modération. En outre, le noir par lui-même capte de manière privilégiée les rayonnements ambiants, qu'il s'agisse du soleil ou du smog urbain.

Poches de pantalon, côté face (yin) : leur contenu — télécommande, trousseaux de clefs ou porte-monnaie — est un intrus dans le corps-énergie. Je ne mentionne pas le téléphone mobile, car vous n'avez sûrement pas songé à le garer sur les organes de reproduction (ou sur le cœur) ! Le gros muscle fessier, côté pile (yang) fait prise de terre pour la poche revolver...

Après le travail, il était naguère usuel de changer de vêtement en arrivant chez soi. Des vêtements corrects, mais « chargés » après une journée de bureau ou d'usine ne sont plus corrects.

J'avais coutume d'arriver à la salle d'escrime après le bureau, pensant : « Je ne suis pas en état ». Mais j'étais toute rénovée après avoir enfilé ma tenue de toile blanche, fait trois tours de salle au petit trot et sauté trois minutes à la corde.

Quant au soutien-gorge à armature (métal ou plastique), il porte bien son nom, mais il est armé contre vous. Limiter l'usage ou enlever d'office l'armature.

*Naturel ou artificiel, ça va !
Synthétique, on n'en veut pas !*

Tous les vêtements (et sous-vêtements, et vêtements de pluie au long cours) doivent permettre la respiration énergétique du corps.

Si vous êtes électrosensible, ou décidés à ne pas le devenir, portez donc des vêtements en fibres (majoritairement) naturelles ou dérivées.

Distinguer artificiel et synthétique. Une fibre artificielle (rayonne, fibranne, viscose,...) est à base de cellulose, dérivée du bois, que le corps reconnaît et accepte.

Par contre, les matières synthétiques (nylon, élastomère, acrylique, polyester, thermolactyl,...) ne sont pas reconnues, elles favorisent les charges statiques et nous rendent plus vulnérables.

Il existe de nombreux mélanges, tel le tergal, difficiles à recenser.

Mais la vie est simple : si vous pratiquez le ressenti, votre main, au toucher, vous dira la qualité biologique du tissu, avant tout achat et sans étiquette, qu'il soit naturel, artificiel, synthétique ou mixte.

Montres et bijoux

Les montres à remontoir classique sont préférables aux montres à quartz : une petite montre, préférable à une grosse (trop d'impact) : plutôt sans trotteuse : portée à droite plutôt qu'à gauche (équilibrer l'autre poignet avec de l'ambre) : et un bracelet en cuir remplacera rapidement le bracelet en métal. Attention

aux montres automatiques : si la vôtre est grosse, avec bracelet métallique ou fermoir complexe, portée toute la nuit pour la remonter, rien n'est gagné.

Limiter ou éviter : un bracelet de montre à fermoir métallique (sécurité à charnière) : une montre multi-fonctions à bracelet métallique, véritable menotte et ordinateur portatif (portée du côté cœur, elle peut avoir des effets dévastateurs).

Côté dames, une montre à « couvercle-bijou » serti de pierres peut avoir les mêmes effets qu'une « menotte-ordinateur ». Avec trotteuse, plus que sans trotteuse.

Limiter le port de bijoux fantaisie, en métal autre que l'or ou l'argent. Vérifier ou faire vérifier l'état énergétique de bijoux hérités ou achetés d'occasion.

Même l'or et l'argent méritent un test

Voici l'histoire de mon éveil, du temps où je suivais des stages chez feu Reinhart Schneider (physicien et ingénieur conseil, inventeur de l'antenne de Lecher¹³, qui a formé une génération de géobiologues). Je portais un bracelet copié d'un original amérindien authentique, mais tout en or, des trois couleurs comme l'original. Or, ou alliage, car l'or rouge ou blanc n'est pas pur. Forme irréprochable, ouverte sur l'intérieur du poignet, comme les Gaulois eux-mêmes l'auraient fait. Deux médecins, condisciples, s'approchent de moi et demandent à tâter mon bras. Ils remontent de l'avant-

¹³ Exemples d'antenne : geobiologie.be/la-geobiologie/lantenne-de-lecher ou CEREB® cereb.be.

bras vers le milieu du bras et s'arrêtent, en se regardant d'un air entendu, sans commentaire. De leur mimique et de bribes de conversation ultérieure, j'ai su qu'ils étudiaient les blocages musculaires dus au port de métaux. Ah-ah ! Exit le bracelet, il fut fondu.

Autre histoire. Une personne souffre de vertiges. Elle porte trois médailles sur une chaîne, dont les symboles et métaux ne s'accordent guère. Ils créent à 50 cm devant elle une sorte de tourbillon palpable. Avec une seule médaille, pas de tourbillon, pas de vertige. La personne s'écrie : « Je vois plus clair ! »¹⁴ et elle n'a plus de vertiges. Guérison instantanée.

Décharger

Les pierres précieuses ou semi-précieuses peuvent être bénéfiques, mais attention ! elles peuvent se charger : pollutions, émotions, confinement etc. Les rincer régulièrement sous l'eau froide courante.

Tous les bijoux (comme aussi les lunettes, les pierres et beaucoup d'autres objets) doivent être rincés régulièrement à l'eau froide courante.

Les semelles orthopédiques

Il faut savoir que la plante des pieds est un émonctoire énergétique, et que tout a une certaine capacité de mémoire (rémanence), y compris les semelles que l'on remet chaque matin ! Leur charge négative crée une fuite, qui vide l'énergie du corps, le biochamp

¹⁴ Ionisation de l'air ?

« coule » au raz du sol en face des orteils ! Avoir deux paires, alterner et aérer... comme les vêtements et chaussures. Une routine....

MOBILES ET MOBILITÉ

Téléphone cellulaire

Il sera protégé par une housse en cuir de couleur claire, garé loin des organes et de la hanche (les chirurgiens opèrent actuellement des cancers de la hanche, inconnus naguère). Les conversations sont courtes, on leur préfère les messages écrits : sms, mms ou texto. Et chez soi, le filaire est très bien !

Pour plus de détails, voir l'annexe VII, Téléphones cellulaires.

TGV

Le TGV est bien pratique et je suis contente de pouvoir me rendre à Paris en 1 h 20. Il faut tout de même savoir que, à l'arrivée, les pieds sont privés d'énergie. Faire une promenade (dans un parc ?) serait donc une bonne hygiène. Comment le sais-je ? Venant de Bruxelles avec un collègue, nous avons tous deux été électrographiés par feu Georges Hadjo. Sur la photo Kirlian n'apparaissait aucune image des pieds, alors que nous contrôlons notre état régulièrement.

Loisirs

Les jeunes comprennent facilement que pour prendre de l'argent à la banque (symboliquement : c'est rouge), il faut en mettre (c'est vert). Pour toute

activité, ils discernent facilement si elle le fatigue (rouge), si elle le requinque (vert) ou si c'est indifférent (orange). Cette conscience est la base du budget énergétique « Loisirs ».

Par exemple, la marche, le vélo ou autre sport d'extérieur recharge en vert les batteries affaiblies après une séance devant l'écran. L'ordinateur portable sur les genoux, face au bas-ventre, est rouge vif ! Sur une table non encombrée, bien branché, pas trop longtemps, il n'est qu'indifférent (orange) !

Un peu plus difficile à comprendre : la susceptibilité des appareils .

Charlotte (10 ans) a mis ses écouteurs et pendu le lecteur de mp3 devant la poitrine. Je sens que sa tête émet des ondes négatives, son regard est flottant. Le lecteur est pourtant d'une très bonne marque et, en soi, OK. Quid ? Charlotte porte un gilet ouvert. Le fil du lecteur pend entre les deux bords d'une fermeture éclair métallique — ouverte !

Les ondes de forme (regardez à la loupe !) ont parasité, non pas la musique, mais le champ magnétique. Gilet fermé ou déposé : rayonnement positif. Qui le sait ?

En outre, la kinésiologie nous enseigne que la direction du geste exerce un effet : remonter la fermeture-éclair élève l'énergie, car ce mouvement suit le méridien « conception » vers le haut, et l'inverse vers le bas.

Et les parents ? Si vos enfants cumulent du rouge, additionné au cours des ans dès leur jeune âge, vous pourriez n'être jamais grands-parents.

FACTEURS EXTERNES

Le principal cofacteur est le lieu de résidence, havre de paix ou tourment des cellules. Nous allons donc ci-après étudier l'habitat.

Mais avant, il faut souligner que les discontinuités du sous-sol (failles, clivages, canalisations, ...), par l'eau qui y circule, peuvent véhiculer des « informations » venues de l'environnement de manière insoupçonnée. L'influence est vérifiée chez les animaux stabulés qui passent des mois dans le même box et dont la santé reflète d'autant plus rapidement la qualité du lieu. C'est l'expérience courante des vétérinaires géobiologues. Il est ainsi avéré qu'un changement électromagnétique à plusieurs mètres ou kilomètres peut se répercuter dans l'habitat qui se trouverait sur la même discontinuité, tellurique ou artificielle. De quels changements s'agit-il ? Par exemple : placement d'un transformateur EDF avec prise de terre sur une discontinuité humide, pose d'une antenne relais sur un château d'eau, ou d'une antenne de télévision sur une faille géologique.

Voir plus loin : études de cas, TGV en Morvan.

Horrible dictu : c'est le risque pour toute personne « stabulée », pas seulement dans un bureau exigü. Les bébés sont « stables » dans un berceau. Dans une crèche, le hasard a fait découvrir que la seconde MSNN (Mort Subite du Nouveau Né) s'était produite dans le même lit que la première. On a convoqué un sourcier, sans information préalable. Il a décelé le lit coupable. J'ai décelé de même l'emplacement de deux

cas de MSNN liées au lieu. Les nombreux dossiers présentés par trois géobiologues (deux docteurs en droit et un architecte) n'ont pas été exploités ni diffusés par l'hôpital des enfants malades.

L'HABITAT : CHAMPS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES

Voir aussi l'annexe II : une installation électrique saine (électrobiologique) pour le dialogue avec votre électricien.

CHOIX DU LIEU DE RÉSIDENCE PERMANENTE

Le voisinage à moins de 250 mètres d'une ligne à très haute tension (380 ou 220 Kilovolts) est à éviter. Cette distance peut même être insuffisante en fonction des caractéristiques géobiologiques locales. Ainsi, les failles humides et courants d'eau souterrains sont des vecteurs privilégiés d'ondes électromagnétiques. Il est donc important de faire procéder à une étude géobiologique avant d'acquérir une maison ou un terrain à bâtir.

Lors de la construction d'une maison, éviter les circuits électriques qui fassent le tour de la maison. Préférer les installations en épi, qui distribuent l'électricité dans chaque pièce à partir d'un tronc commun.

Pour un habitat existant : état des lieux

Il est conseillé de commencer toute enquête de géobiologie par l'électricité, surtout dans les lieux de séjour (chambre, bureau) ou de passage fréquent. Une bonne installation électrique est en effet nécessaire. Mais elle n'est pas suffisante, car l'habitant, gestionnaire du lieu, détient le pouvoir de l'améliorer, de le dégrader, ou d'importer les problèmes du voisinage. Il lui faut donc un « art de vivre » actualisé.

Un bémol : pour une maison d'été, le jour étant plus long et les journées plus chaudes, les problèmes d'éclairage et de chauffage sont réduits, les exigences peut-être aussi.

Les règles pour une installation correcte sont données dans des ouvrages plus détaillés (Bossard*, Danze* et Alia, Smith*, Florian*, Legrais & Altenbach*). Voici en bref quelques lignes directrices de base pour adapter un habitat existant — en répétant que l'effet biologique d'une installation dépend aussi d'autres facteurs.

Pour plus de détails, à communiquer à votre électricien pour une nouvelle construction, voir l'annexe : Données techniques II, Une installation électrique saine (électrobiologique).

Normes

Respecter les normes nationales les plus strictes parmi les États européens, et aussi les règles non écrites de la « société des appareils », étudiées en conclaves techniques et décelables par test musculaire...

Ce respect est un strict minimum, car les normes d'origine industrielle ont pour objectif la sécurité plus que la santé ou le bien-être. Elles sont sujettes à amendements, dans un sens si le législateur se fie aux dernières données scientifiques, et dans l'autre, pour les adapter à l'augmentation du taux de pollution (Fukushima) et aux nécessités industrielles ou financières.

Priorité : une bonne mise à la terre

En principe, les habitations de construction assez récente sont équipées de prises de terre, mais ce n'est pas obligatoire dans toutes les pièces. Certaines demeures plus anciennes en sont totalement dépourvues. Il faut alors installer dans les sous-sols une ligne de terre efficace, ce qui n'est pas facile pour le locataire d'un immeuble collectif. On peut alors, faute de mieux, tenter une mise à la masse par les canalisations principales d'arrivée d'eau froide, mais en aucun cas sur les tuyaux de distribution d'eau chaude, et encore moins sur ceux de descente des eaux usées, qui ne comportent jamais de liaison conductrice continue avec la terre. Et il faut absolument éviter les canalisations de gaz, pour des raisons évidentes.

C'est une question de sécurité

La mise à la terre de l'ensemble des appareils électriques et de leurs blindages minimise les risques d'électrocution ou d'incendie en cas de court-circuit et diminue l'électrosmog. Mais ce n'est pas toujours simple à réaliser.

C'est une question de bien-être et de santé

Une prise de terre biocompatible doit avoir une valeur (résistance) située entre 5 Ohms (optimum) et 10 Ohms (tolérance), mesurée par un électricien dans des conditions défavorables d'hygrométrie (temps sec). Ce dernier pourra peut-être vous opposer que la prise est actuellement aux normes « légales », et vous

devez insister pour obtenir une terre « biocompatible » pour vous.

Si on a le choix :

- Les piquets de terre sont au nord (tolérance : ouest).
- On évite (au ressenti) les zones à tellurisme pathogène (faille ou autre discontinuité) : ou comportant des champs errants (mesure d'électricien) : sinon on court le risque — paradoxal — que la demeure reçoive la décharge de la terre, qu'elle digérera mal !

Par mon expérience personnelle d'ancienne hyperélectro-sensible, et au vu de la littérature sur le sujet, cette vérification et mise en état de la prise de terre est importante pour se donner une chance de ne pas devenir simplement électro-sensible.

Les fils de rallonge

Utiliser des câbles multiprises avec terre. Éviter les « dominos¹⁵ » qui génèrent des parasites.

En 1993, quand ma maison était dans les champs, je les « sentais » sans explication. Mais mon action a été approuvée par les techniciens, car il était alors envisagé de les interdire. Ils ne le sont pas.

L'équipement électrique

Qualité

Choisir des appareils de qualité, dotés dès l'origine des protections adéquates (par exemple, verre pyrex pour un lampadaire à ampoule halogène, prise

¹⁵ Prise multiple en forme de T.

de terre pour toute lampe, norme DAS pour un téléphone mobile,...).

Usage

Gérer leur usage (n'allumer que l'indispensable). Minimiser l'exposition (plutôt moins de durée et plus de distance).

Mise à la terre

Les appareils électriques, et les lampes proches des séjours, devraient être reliés à la terre. Il ne s'agit pas d'éviter la foudre ou l'électrocution instantanée, mais une électrocution très, très lente.

Câbles électriques

Simplifier les raccords, remplacer les dominos par des câbles multiprises avec terre.

Certaines personnes sont soulagées par un nœud simple à chaque bout du fil. Essayer et observer ne coûte rien.

La phase et le neutre

Veiller à brancher correctement les appareils. L'interrupteur doit couper à l'arrêt la phase et donc les hyperfréquences. Un effet soporifique peut souvent être supprimé en inversant la fiche (sans terre) dans la prise de courant (ce qui inverse la phase et le neutre). Un appareil éteint mais branché reste souvent sous tension. Notamment, un poste de télévision en veilleuse continue à générer un champ, et ce champ a un effet addic-

tif, c'est-à-dire que les cellules humaines habituées à vibrer à l'unisson en redemandent, selon un principe de résonance bien connu pour l'alcool, le tabac ou le chocolat. Débranchez donc le poste après usage, surtout si votre enfant, au retour de l'école, s'oriente directement vers la TV du salon plutôt que vers la cuisine ou l'attendent sa maman et une bonne collation.

Le bois est conducteur de champs électromagnétiques

Le bois, bon isolant du *courant* électrique, est, dans le sens des veines, bon conducteur des *champs* électromagnétiques : soit par l'humidité résiduelle qu'il contient, ses veines formant des « tubes d'eau » conducteurs : soit, quand il est très sec, par la mémoire cellulaire des veines qui furent « la route de la sève ».

Ceci ne s'applique évidemment qu'au bois massif, naturel, et non aux panneaux de contre-plaqué ou de particules agglomérées.

Les champs électrostatiques

Nous entrons ici dans un autre domaine de phénomènes électriques. Il ne s'agit plus de courant, avec une phase et un neutre, mais d'électricité *statique*. Par exemple, un condensateur (tel un cadre métallique de double vitrage ou de sommier) est capable de stocker de l'énergie, sous la forme d'un champ électrostatique.

Ce champ produit aussi des effets biologiques sur le corps, les cellules, l'électricité interne. De nom-

breuses équipes scientifiques ont mené des expérimentations en milieu isolé (cage de Faraday). Toutes montrent une modification des courants ioniques cellulaires, induite par les champs électrostatiques : et des troubles physiologiques générés par cette modification (Florian*, 104-105).

Pour limiter les champs électrostatiques

- Éviter le PVC ou les matières synthétiques pour les rideaux, voilages, stores, meubles et revêtements divers (et les vêtements !). Utiliser des produits neutres et naturels.
- Relier à la terre tous les objets métalliques importants, même non électriques (cadres) mais susceptibles de faire antenne ou condensateur (voir ci-dessous).
- Un objet que l'on ne peut relier à la terre peut être «démagnétisé» par un choc. Il est ainsi utile de tambouriner les doubles vitrages (surtout les verres dormants) une fois par semaine avec un objet adéquat (bois ou cuir).
- Remplacer la moquette inadéquate (i.e. en matériaux synthétiques). A défaut, comme palliatif, installer sur le sol des tapis antistatiques devant les endroits où les personnes prennent régulièrement des décharges.
- Le vrai linoléum est composé, comme son nom l'indique, de lin et d'huile. Il est donc parfaitement biocompatible et ne doit pas être confondu avec les revêtements en plastique synthétique de substitution.

Netteté et simplicité des assemblages

Il est facile et important de simplifier raccords et rallonges, de supprimer tout appareil devenu caduc ou les empilements insolites.

Les câbles entremêlés doivent être « peignés » et disposés en rouleaux nets, formant une spirale dextrogyre (tournant dans le sens des aiguilles d'une montre, en montant), liés avec une cordelette non métallique.

Si l'environnement extérieur est électro-magnétiquement chargé (ligne de grande distribution, transformateur de quartier, antenne-relais, habitat dense...), vous avez grand intérêt à minimiser la présence de métaux à l'intérieur et à surveiller l'évolution de votre sommeil. Vérifier aussi régulièrement la qualité de la mise à la terre, car un excès de consommation électrique dans le voisinage peut générer des courants vagabonds, la terre rejetant l'excès !

Les vitres et les hautes fréquences

Il existe des verres à isolation thermique qui atténuent les pollutions « hautes fréquences ». La chaleur entre mais ne sort pas.

Une couche métallique déposée par magnétron sur le verre super-isolant est transparente au rayonnement solaire (ultraviolets, lumière visible et Infrarouges courts). Les parois et objets à l'intérieur s'échauffent et réémettent la chaleur (infrarouges longs). La couche déposée est opaque à ce type de rayonnement, elle le réfléchit à l'intérieur de l'habitat.

C'est cette couche métallique qui va réfléchir vers l'extérieur les ondes électromagnétiques à haute fréquence.

RÉÉQUILIBRER L'HABITAT

Même si la maison est conforme à toutes les règles de l'art, il reste possible (voire fréquent) que le voisinage passe-muraille nous incommode, ou que notre propre sur-consommation crée des « parasites ».

On peut agir par différents moyens. Si l'on ne peut alléger physiquement la pollution, on peut créer des « éco-niches » biologiques, par exemple à l'aide de plantes électrophages, ou avoir recours à la « géopuncture » (voir paragraphe suivant).

Quant aux personnes très mobiles, qui ne peuvent donc modifier leur contexte, elles doivent se protéger elles-mêmes (Voir *E-Remèdes*).

Problèmes résiduels et modulation de fréquences

Il est parfois impossible d'améliorer l'environnement technique, par exemple en visite ou en voyage, ou lorsque l'habitat se trouve près d'une source importante de champs électromagnétiques (ligne à haute ou moyenne tension, ligne à basse tension longeant la maison, etc.). Des méthodes d'aménagement traditionnelles permettent de gérer le flux des ondes EM, comme on gère le flux des eaux, et d'optimiser ainsi leur effet. Certaines de ces pratiques étaient d'usage courant, d'autres appartenaient au savoir des

artisans, d'autres enfin étaient réservées au clergé. On les importe maintenant de l'Orient !

On peut à cette fin se servir des sons, des couleurs, des matières, du mouvement, des formes des proportions. Par exemple la « géopuncture » qui réharmonise en activant des points stratégiques. C'est l'art de placer avec grande précision des formes adéquates : Coquille St-Jacques ? Image humaine ou végétale (taxus) ? Triangle en cuivre ? Elles modulent les flux d'énergie — comme la modulation de fréquence pour la musique radiodiffusée !

L'AMBIANCE ÉLECTROMAGNÉTIQUE AU QUOTIDIEN

Chez nous et dehors, nous baignons dans un électrosmog en croissance exponentielle. Même si l'habitation est saine, un minimum de vigilance s'impose, car l'habitant pourrait s'équiper à contre-courant, voire importer la pollution extérieure.

Importance des multiples cofacteurs environnementaux

Soulignons à nouveau l'importance des interactions. L'influence de l'électricité n'est pas isolée dans un appareil, une pièce ou un immeuble. Leitmotiv : « Rien n'est séparé » (Albert Einstein). Les problèmes de pollution sont généralement des résultantes de conjonctions, inductions et résonances dues à des sources multiples, les célèbres « cofacteurs ». Certains nous viennent du ciel... ou du sous-sol. La plupart

des conjonctions étant cachées à l'œil du profane, la crainte n'est pas la source du problème.

Voici quelques exemples :

Dans une vallée belge, les métaux du sous-sol (anciennes mines) et les engrais chimiques n'ont affecté la santé des éleveurs et du bétail qu'à partir du moment où une ligne à haute tension a été installée.

Une pièce située sur un cours d'eau souterrain est devenue nocive après l'adduction d'électricité, mal contrôlée.

L'eau de ville issue d'un château d'eau surmonté d'antennes-relais est radio-polluée. Mon amie en a souffert, sans avoir fait le rapprochement entre le début de son mal-être et la pose de l'antenne. L'eau put être déchargée en la transvasant avec un « clapotis » (voir *E-Remèdes*).

Relais

Plusieurs objets (appareils électriques ou autres) peuvent créer par relais, de près ou de loin, une chaîne énergétique et transmettre ainsi en catimini la pollution électrique. Tout particulièrement les objets en métal et les câbles de télécommunication peuvent faire condensateur, antenne et relais.

Exemples :

Un radar invisible situé à deux kilomètres, installé sans tambour ni trompette, a causé indirectement la paralysie d'une jeune fille. Son influence avait été relayée en chaîne : par une gouttière faisant antenne,

puis par un fer à cheval ornemental dirigé vers un sommier métallique. Son père, architecte et géobio-logue, n'avait pas vu venir le radar.

Les relais possibles sont nombreux, généralement moins dramatiques :

Une personne a des maux de tête et des insomnies parce qu'elle dort avec des épingles à chignon en métal près d'un nœud de fils électriques. Une autre est malade dans un charmant village ardennais sans soupçonner que sa machine à coudre (métallique) relaie les nouvelles lignes électriques de la rue... et le néon du plafonnier.

Mettre la machine à la terre, changer l'éclairage, recouvrer la santé !

J'ai vu une maison corrompue avec des effets graves pour la santé des habitants (dont un mort), parce que la lourde pollution électrique de la rue (ligne de tram et croisement de câbles aériens) était « importée » par un aquarium à structure métallique. Et ce, bien que l'installation de la maison elle-même fût correcte (câbles blindés, bonne prise de terre). Les problèmes ont été atténués en déplaçant l'aquarium et une table à cadre métallique, et supprimés ensuite par une bougie bien placée.

Un autre cas de pollution importée (croisement de lignes de tramway) avait causé la mort du chat et le cancer du chien. Les habitants ont réagi en temps utile.

Cas plus courants : un fort éclairage urbain fluorescent (néon, lampes au mercure, au sodium ou aux

halogénures) voit son influence relayée par tout objet formant antenne ou condensateur, y compris une cré-mone de fenêtre à simple vitrage, le cadre métallique (presque invisible) d'une fenêtre à double vitrage ou une antenne parabolique.

L'importance des conjonctions dans le domaine de l'invisible, généralement sous-estimée, contribue à la difficulté pour les pouvoirs publics (et pour les particuliers) de reconnaître l'influence des champs électromagnétiques. Pour les particuliers, cette influence est simplement manifestée par le test musculaire.

L'ameublement est un facteur important

Il ne dépend que de nous, Toutefois, le monde actuel est d'une complexité croissante, qui peut dépasser notre capacité d'observation consciente.

Ainsi, certains voisinages de formes et de matières inversent le « champ de torsion » électromagnétique. La pollution électrique se combine avec d'autres influences, même de source extérieure, qui pourraient être inoffensives sans cette pollution.

Voici quelques indications, à compléter par de bonnes lectures en Feng Shui énergétique.

Les formes: amplifient, focalisent, dévient ou atténuent les champs EM

Les meubles émettent une influence vers l'extérieur, selon la médiane des angles (« flèche secrète »). Cette influence véhicule celle des appareils confiés au meuble.

La forme d'un escalier situé derrière la cloison se retrouve dans l'analyse de la salive. De même, la forme d'un tuyau ou d'un câble polluants (fuite de gaz, champs EM). (Bernet*, *Dialoguer avec la nature*», 127-158, Applications pratiques).

Un petit détail peut avoir de grands effets, favorables ou non, vérifiables par test musculaire des habitants. Ainsi, un post-it collé sur le combiné téléphonique peut perturber toute l'installation, à distance et même si la prise de terre a récemment été mise aux normes par l'électricien. Celle-ci redevient biocompatible après éloignement du petit intrus. Par contre, un même post-it, porteur d'un signe adéquat et posé exactement au bon endroit, peut neutraliser l'influence des champs EM Ce fut le cas pour une salle de trente ordinateurs d'un établissement universitaire, que les étudiants ont boudée jusqu'à l'intervention (ponctuelle et invisible) près de la prise électrique de l'imprimante collective. Ils l'ont fréquentée ensuite, tout en ignorant l'intervention.

Une coquille St-Jacques peut dévier une influence naturelle (réseaux cosmo-telluriques), mais elle se « fâche » dans l'électrosmog (ou le smog chimique).

Une guitare posée au sol peut être vecteur ou relais. Le salon d'Amélie était radiopollué (signature WiFi). Jusqu'au moment précis où la guitare a été accrochée au mur, comme il se doit.

Certains chiffres (un triple « 777 », un quadruple « 1111 »), bien placés, peuvent atténuer l'influence d'un téléphone mobile. Essayer ne coûte rien. J'ai har-

monisé l'électricité d'une église en plaçant « 11111 » sur une télécommande collée au mur : la stalle qu'elle avait rendue soporifique a retrouvé son bon rayonnement... vérifiable à l'usage.

Effets passe-muraille

La pollution électromagnétique peut s'exercer au travers des murs, portes et cloisons alors que la prise de terre est correcte. Faute de pouvoir vivre dans un bunker en plomb, les remèdes sont : évitement, alimentation, phytothérapie, « Feng Shui » de l'électromagnétisme.

Exemple d'évitement :

Une fillette de onze ans développe un cancer sous le pied (!). Elle dort, les pieds en face d'un tableau... artistique qui cache le tableau de distribution de l'électricité. La fillette a guéri en quelques semaines après déplacement du lit et des emplâtres d'argile sous le pied qui lui ont évité l'amputation programmée.

Les voies de communication

Elles se situent à tous les niveaux. Par exemple :

Il y a communication énergétique entre personnes proches, physiquement ou psychiquement, par l'interaction de leurs champs vitaux (biochamps) et mentaux.

Il y a couplage entre des fils et la cloison, même en bois (nous avons vu que le bois, bon isolant du

courant électrique, est bon conducteur des *champs* magnétiques).

Des facteurs lointains peuvent agir à distance par le truchement d'une faille géologique.

L'eau de la ville d'Autun (Saône et Loire) est ainsi naguère devenue « toxique », avec effets cliniques pour tous et mortalité infantile. Le problème provenait de la décharge de Montchanin, située à 100 km. Autun a dû changer de captage. La pollution EM se transmet de même, par l'eau.

La source de perturbation extérieure est alors difficile à déceler, car outre la distance, elle survient parfois subrepticement : nouveau radar, satellite stationnaire, nuage « Tchernobyl » ou « Fukushima », grands travaux, ligne télécom, cibistes, déchetterie (Montchanin)... ou un cumul !

La mémoire

Il y a rémanence dans les objets, les murs et le sol.

Certains appareils électriques, par exemple un électro-boy (programmeur d'appareil ménager ou minuteur séparé), peuvent continuer à générer des champs EM décelables dix minutes après avoir été débranchés.

Les murs et le sol : la mémoire de la matière est un phénomène très général. Un événement violent et court (suicide) ou doux et prolongé (méditation de plusieurs heures) laisse une rémanence qui est déce-

lable par un sensitif innocent, parfois dix ans plus tard. Les champs EM ne font pas exception.

Le philharmonique

Il y a des résonances multiples entre *toutes* les sources de pollution.

Les formes, couleurs, sons, parfums font partie de l'orchestre vibratoire.

Cela semble ingérable. Et pourtant, nos ancêtres ont survécu car ils disposaient d'« instruments » et de « partitions » plus simples, transmis par l'usage, via leurs propres ancêtres qui étaient sensitifs car vivant à la campagne entre ciel et terre, ne connaissant que les matières naturelles et le chauffage à feu ouvert.

Ne pouvant changer les lois de l'Univers ni la civilisation contemporaine, nous devons inventer une nouvelle hygiène, compte tenu des facteurs personnels.

Facteurs personnels

Ce qui affecte l'un affecte moins l'autre : différence d'hérédité, d'enfance, de circonstances de travail, d'état psychique, etc. Ce qui repose un conducteur de locomotive peut perturber un poète.

En outre, les cumuls personnels, sont différents, dans l'instant et au cours d'une vie.

Être à côté d'un appareil n'a pas le même effet que séjourner entre plusieurs appareils : le nombre d'appareils potentialise les nuisances. Mais pour les compter, les cloisons ne comptent pas : elles pro-

tègent éventuellement des champs électriques mais aucunement des champs magnétiques.

Donc, si le lit de votre fille, qui se trouve déjà entre un réveil électronique et un poste de radio, est en outre : au-dessus du congélateur de la cave et derrière le canon du poste de TV du salon, les conséquences peuvent être désastreuses, surtout si son dada est de jouer d'un orgue électronique placé face au bas-ventre.

Il s'agit d'un cas vécu : une fillette, âgée de dix ans, affligée d'hémorragies intestinales.

Combinaisons futées — et avec des plantes

Les bonnes associations soulagent en compensant les sources de pollution, tel l'exemple déjà cité d'une complicité entre la lampe halogène et la lampe à incandescence. Certaines plantes absorbent (transmutent) l'énergie électrique et prospèrent sur un lieu « négatif » qui pomperait notre énergie. Elles peuvent même réhabiliter un aliment contaminé par la pollution nucléaire : j'en ai fait l'expérience avec des blettes gigantesques, radiopolluées post-Fukushima, qui se sont rassérénées grâce à de la sarriette et de la livèche — et de l'alun dans l'eau de rinçage.

Voir : E-Remèdes , les plantes sont nos amies.

ET EN VOYAGE ? HÔTEL, LOCATION ...

On ne peut modifier l'installation ! Voici donc quelques conseils sensés pour les électrosensibles — et ceux qui ne veulent pas le devenir.

Avant de partir

Éviter si possible les périodes de pointe

Un hôtel plein génère beaucoup de trafic : GSM, 3G et WiFi.

Préparer ou négocier

Pour éviter les antennes-relais

Choisir l'hôtel après avoir consulté le site cartoradio.fr. Demander une chambre du côté non exposé aux éventuelles antennes.

Disjoncter la nuit

Négocier avec l'hôtelier l'accès au disjoncteur de la chambre et prévoir une lampe de poche.

Emporter un petit testeur de poche (Magnetic Alert?)

et surtout votre main testeuse.

Les autoroutes et les aires d'arrêt

Les antennes relais sont omniprésentes le long des autoroutes et dans la plupart des aires d'arrêt. On cherchera une aire « rustique » un peu en retrait, avec juste le nécessaire : toilette, une zone arborée, des bancs.

Voir l'annexe : Mon aventure, quelques astuces pour éviter les crampes en voiture.

Sur place

Le lit et l'énergie ambiante

Choisir pour le lit le meilleur emplacement dans

la chambre et, au besoin, le déplacer. Puis vaporiser (eau salée ou assainisseur), aérer et faire charivari : secouer les couvertures, frapper les vitres, chanter, applaudir, dynamiser l'air jusqu'à ce que l'ambiance soit régénérée.

Couper la nuit le courant électrique

Les têtes de lit sont toujours polluées par des champs électriques 50 Hz.

En cas d'impossibilité technique ou si votre « négociation » a échoué, éloignez le lit du mur et débranchez les lampes de chevet.

Attention WiFi

La « Wifite » aigüe se répand. La WiFi est souvent limitée à la loge de l'hôtelier, mais, suivant les configurations, on peut trouver des bornes supplémentaires pour arroser toutes les chambres. On peut alors se retrouver à proximité de l'une de ces bornes et avoir des nuits sans repos. Un ami s'est ainsi retrouvé, sans pouvoir se reposer, avec une borne WiFi alimentée en CPL (c'est-à-dire via les fils électriques), située dans le couloir, juste derrière le mur de la chambre. Heureusement, il a pu négocier avec le patron la suppression de la borne pendant son séjour, car il y avait peu de clients et pas du genre internaute.

Ne pas hésiter le cas échéant à négocier avec le responsable pour débrancher une borne ou changer de chambre.

LA CHAMBRE ET AUTRES AIRES DE REPOS

L'installation électrique : un choix

Disjoncter sélectivement les chambres à coucher

Pour savoir si cette solution est utile, il suffit d'avoir fait l'essai d'une semaine en disjonctant au moins la chambre et toute pièce connexe. Cela en vaut bien la chandelle ! Il suffit alors de choisir les circuits superflus la nuit (surtout dans ou près de la chambre) et de demander à l'électricien de les pourvoir sélectivement d'un unique disjoncteur. On disjoncte le soir une seule commande, on rétablit le matin. Cette solution rustique est souvent suffisante pour assurer un sommeil réparateur.

Variantes : veilleuse basse tension, télécommande

On peut faire installer un disjoncteur sélectif que l'on puisse commander à distance, un à l'entrée de la chambre, et peut-être un près du lit, ou une télécommande.

Attention : veiller à ce que le courant qui commande le disjoncteur soit en basse tension, et si possible en continu ! Les modèles habituels ont un courant de commande en alternatif 220V, ce qui ne résout pas le problème. Dans ce cas, renoncer au bouton près du lit, et prévoir une lampe de poche (rechargeable à la main).

Cette solution n'est pas adéquate pour une personne électro-sensible au point de « sentir » la télécommande d'une clef de voiture !

On peut aussi faire installer un *biorupteur* qui rejoncte automatiquement dès que l'on actionne un interrupteur. Demander un devis à l'électricien.

Le résultat est généralement satisfaisant. Sinon, demander à l'électricien de regarder le bobinage (il connaît). L'enroulement des spires de cuivre est peut-être fautif, il doit être « dextrogyre », comme le parcours d'une aiguille d'horloge qui monte. Cela m'est arrivé. Pour éviter toute surprise, se réserver le droit de faire démonter l'appareil ou de remplacer le bobinage dans la semaine.

Pour le bricoleur averti : une prise télécommandée

Une alternative économique et, pour certains, simple à réaliser :

- supprimer tous les fils (visibles ou encastrés) de la chambre à coucher et
- brancher l'équipement électrique (minimal !) de la chambre sur une prise télécommandée qui permet de l'allumer et de l'éteindre à distance. La télécommande repose sur la table de chevet.

La prise murale dans laquelle on branche la prise télécommandée est la plus éloignée du lit. Elle peut même être dans le couloir, dans une pièce adjacente, voire plus loin, si la cloison laisse passer le signal de la télécommande.

Un ami a ainsi réalisé une batterie de prises télécommandées, toutes regroupées à côté du compteur général, car ses planchers en bois laissent passer le signal.

Si, en plus, le réveille-matin est mécanique ou à pile, on a réalisé à peu de frais l'idéal des constructeurs « bio » japonais : aucun fil électrique dans la chambre, ni aux abords.

Pourquoi prendre tout de même d'autres précautions ?

Parce que le bain électromagnétique dans lequel nous vivons, en toute innocence, est généré aussi par les voisins et l'environnement plus lointain.

Literie

Mesurer les champs

Selon Jean-Marie Danze* et alia (1998, 75) : « Il est essentiel d'exclure la présence sur le lit (ou fauteuils de repos) de champs électriques supérieurs à 5 V/m et de champs magnétiques supérieurs à 0,5 mG (0,05 μ T) ».

L'oreiller

On trouve dans les magasins « Bio » des oreillers en balle de céréales (épeautre, seigle) ou de sarrasin. Ils sont ergonomiques, mais attention : la balle est très riche en silice.

Si votre chambre est polluée, la silice se charge en électricité statique qui se décharge ensuite dans le champ vital de votre tête. Éviter de telles matières,

malgré leur confort et leur label « bio » ! En cherchant bien, on trouve encore du crin de cheval, de la laine, du kapok, des noyaux de cerises, (mais oui, c'est confortable!).

Quant à moi, après la période « noyaux de cerises », j'ai plié en huit une couverture en soie naturelle blanche, je la secoue régulièrement et n'éprouve aucun problème.

Cloison et tête de lit

De nombreux fils passent dans les cloisons. Les têtes de lit, ou encadrement type « cosy corner », en bois ou en rotin, sont non pas une garniture démodée mais une protection essentielle de notre précieuse fontanelle (chakra « couronne », porte de l'énergie cosmique). En l'absence de tête de lit, une solution temporaire : tirer le lit à 30 cm de la cloison.

Choisir cadre, sommier et matelas non métalliques.

Dans une chambre électriquement chargée, si vous ne pouvez remplacer tout de suite un cadre métallique, le relier à la terre par un fil « jaune et vert » (rayon bricolage), dénudé aux deux bouts, et en contact avec le sommier et avec la fiche de terre de la prise murale. Alternative : placer à plat sous le matelas, en contact avec le cadre, un triangle équilatéral en cuivre, dirigé pointe au nord vers l'extérieur du lit.

Pour le matelas

Les ressorts sont bannis. Préférer à la mousse syn-

thétique les matières naturelles (latex à perforations mécaniques, coton, laine, crin de cheval,...). Ces matières doivent être battues ou aérées régulièrement, comme le faisaient nos ancêtres.

Ne ranger sous le lit

que du linge propre et plié et surtout aucun objet métallique.

Les couvertures chauffantes

Elles peuvent utilement préchauffer le lit dans une chambre trop froide. Les enlever pour dormir, car, même débranchées, elles affectent les organes de reproduction. Mieux : les ranger dans un meuble en bois ou en rotin.

Les lits à eau

Sur l'un des côtés, ils comportent au niveau des hanches un chauffage électrique avec thermostat et une résistance, générateurs de champs pendant tout le sommeil. Le mari de mon amie lui doit sa hanche en titane. Ces lits sont toutefois encore en vente.

Orientation

Pour tenir compte de notre propre magnétisme, la tête devrait être orientée dans le quadrant nord-est.

Appareils

Une commande électrique près du lit doit être munie d'un interrupteur bipolaire.

Lampes de chevet

Vous avez vérifié que la lampe est bien branchée (phase et neutre) ou qu'elle est munie d'une prise de terre. Néanmoins, la nuit, pousser la lampe et le fil à distance de bras.

Radio-réveils et réveils électriques à affichage digital

Ils génèrent des impulsions: M. Martin de l'Institut Hartmann (*Forschungsinstitut für Geobiologie*) a mesuré 200 tesla! Remplacer par un réveil à piles ou batterie, c'est-à-dire non branché au réseau électrique. En attendant, éloigner du lit à bout de bras.

Babyphone

Les appareils de type DECT, interdits puis de nouveau autorisés (!), actifs en permanence, envoient des champs pulsés et sont donc à proscrire. Le bébé est parfois l'être le plus pollué de la maisonnée, même si l'habitat est sain, vérifié — avant l'achat de l'appareil DECT — par trois géobiologues.

Les appareils à reconnaissance vocale, devenus rares, méritent la recherche.

DECT ou vocal, un babyphone peut entrer en résonance avec des équipements métalliques même non électriques: le radiateur du chauffage central, par exemple.

Et si les bébés n'en reçoivent pas encore assez

Voici la toute dernière invention : télé-surveillance sans fil pour les bébés!

Motivation des producteurs : « Rester connecté à son bébé grâce à un pyjama high tech pour éviter la mort subite du nouveau-né. »

Mais pour ce faire, il vaut mieux louer un monitoring pendant une semaine, pour vérifier que le berceau est bien placé du point de vue écobioologique ; puis, précaution classique, mettre un collier d'ambre au cou de l'enfant. Sans parler d'une présence aimante et proche qui sait encore prendre son bébé dans les bras et qu'un ordinateur ne pourra jamais remplacer.

Remarque d'un thérapeute : « Ce sont les parents irresponsables, grands amateurs de gadgets et soigneusement apeurés, qui vont se jeter sur ce produit. Effectivement, tous les enfants ne partent pas avec les mêmes chances dans la vie... »

La promotion EXMOBAB :

Ce premier pyjama à biocapteurs en tissu (coloris bleu ou rose) permet de suivre les signes vitaux de l'enfant sur un téléphone intelligent ou sur un écran d'ordinateur. D'ici la fin 2011, Exmobaby doit être lancé sur le marché en Allemagne, au Japon, en Corée du Sud, au Royaume-Uni et aux États-Unis.

Les pyjamas du bébé sont équipés de capteurs sans fil qui permettent aux parents de suivre le pouls, l'agitation et le comportement du bébé, en vue de réduire la mort subite du nourrisson. D'après le communiqué de l'entreprise, le pyjama sera accompagné d'un émetteur-récepteur Zigbee, d'un logiciel pour PC et téléphone et de six mois de services en ligne.

Pour en savoir plus sur Exmobaby et vous inscrire sur la liste d'attente, voir : exmovere.com/healthcare.html.

Des kits d'évaluation ont été fournis aux gens qui voudraient commencer à l'utiliser avant que le produit ne soit mis sur le marché pour 500 \$ (383 €).

Vision d'avenir

Pour le concepteur Exmovere (« émouvoir » en latin), ce produit devrait paver la voie à ses prochaines innovations technologiques, qui permettront de relier l'émotion au comportement humain.

Lampe fluo compacte et dégénérescence maculaire

La dégénérescence maculaire DMLA (Dégénérescence Maculaire Liée à l'Âge) est une pathologie progressive, indolore, elle affecte la macula, une petite rétine située à l'arrière de l'œil qui cause un flou central de vision centrale, mais laisse correcte la vision périphérique. Le DMLA est en train de devenir une épidémie depuis la généralisation de l'éclairage fluorescent, les enfants en sont les premiers impactés. (...)

Si à ce jour la preuve scientifique formelle n'est pas encore établie, toutefois la preuve circonstancielle existe que l'exposition à la lumière des Lampes Fluo Compactes (LFC) endommage la rétine et peut provoquer une dégénérescence maculaire précoce non seulement des jeunes, mais également elle contribue à long terme pour toute la population à des dommages (cécité).

Une politique axée sur l'économie d'énergie, de plus à vocation ouvertement commerciale concernant et privilégiant les LFC par rapport aux LED, ne doit en aucun cas supplanter une politique de salubrité publique, de plus ces ampoules ne méritent absolument pas le terme de produit écologique.

Force est de constater qu'au lieu de sauvegarder la santé

et l'environnement, l'introduction massive des Lampes Fluo Compactes accélère sa destruction, un comble !

Voir article complet : www.next-up.org/pdf/LFC_et_De-generescence_Maculaire_06_2009.pdf

Conclusion

Il est possible de protéger son sommeil de l'électricité. D'une manière générale : éviter les appareils électriques et l'électronique dans un lieu de repos. Ceci vaut spécialement pour les adolescents. Si appareils il y a, disjoncter la nuit ou retirer la fiche de la prise secteur. Au minimum, les éloigner à bout de bras.

L'idéal biocompatible ? Que la chambre ressemble à un refuge de montagne sans accès routier, ou à une cellule monacale équipée du strict minimum. Le luxe moderne se trouve dans les autres pièces et la « salle des machines », le plus loin possible. C'est le plan d'architecte des riches américains — au courant — je l'ai su par une amie dont le mari exerçait cette profession et faisait fortune en créant des villages protégés de tous les intrus, physiques ou vibratoires.

Petit détail : il ne reste dans ma chambre aucune trace de fil électrique, même pas dans les murs ... nul besoin pour dormir. J'ai ainsi un crédit d'heures pour la journée.

LE BUREAU

On ne voit plus guère de bureau sans ordinateur — cette machine logique sera donc au centre du débat.

Se protéger face aux petits écrans

Jacques Surbeck*, *L'art de vivre sain*, extraits adaptés d'un entretien avec le Dr Luc Bodin, oncologue : <http://artdevivresain.over-blog.com/article-les-ecrans-source-de-pollution-electromagnetique-probleme-et-solution-55549869.html>

La nocivité des radiations EM pulsées est prouvée

Les REMP (rayonnements électromagnétiques pulsés) agressent et détruisent le champ vital, et l'organisme ainsi agressé se met en état de résistance en bloquant l'excrétion de son adrénaline (hormone de stress et d'agressivité). Il s'auto-empoisonne, ce qui induit des troubles psychologiques et comportementaux, bloquant la sécrétion de la mélatonine (hormone du système immunitaire) et fragilise la santé des victimes, entraînant une fatigue chronique d'origine biophysique.

Le ministère de la Santé du gouvernement espagnol a publié en 2006 une étude de 212 pages établissant une relation de causalité entre la multiplication des cancers du sein, chez des femmes de plus en plus jeunes, et la pollution électromagnétique de leur lieu de travail.

Risques non assurés

Les ordinateurs sont généralement utilisés sans précaution particulière.

Au 1^{er} janvier 2007, la plupart des assurances européennes éliminaient la couverture « responsabilité civile » des entreprises en matière de nuisances électromagnétiques, laissant les chefs d'entreprises démunis face à leurs responsabilités civiles, légales, juridiques, pénales, et financières. (Cf. avenant AXA).

Une protection législative paradoxale

Le droit protège l'employé, c'est peu connu. Une directive européenne L 156 du 21.6.1990 a été mise en oeuvre en France par le décret 91-451 du 14 mai 1991 et en Belgique par l'arrêté royal du 27 août 1993. Je cite un passage essentiel pour employeurs et employés :

Rayonnements: toutes les radiations, à l'exception de la partie visible du spectre électromagnétique, doivent être réduites à des niveaux négligeables du point de vue de la protection, de la sécurité et de la santé des travailleurs.

Mais l'employeur n'est pas assuré, nous non plus. La médecine ne s'intéresse guère à l'impact de l'environnement sur la santé. Nous avons donc tout intérêt à connaître, comprendre et se prendre en charge.

Les radiations

Au poste de travail, on devrait mesurer moins de 16 V/m pour les champs électriques et de 0,2 μ T pour les champs électromagnétiques.

La firme Macintosh (ordinateurs Apple), dans la revue *Mac World* de juin 1990, a publié ce constat scientifique :

Les champs à Fréquences Extrêmement Basses (EBF ou ELF, Extremely Low Frequences en anglais) peuvent avoir des effets toxiques. Parmi ceux-ci, on cite les risques de fausses couches, de complications à l'accouchement, de troubles des règles, de fatigue excessive. Les effets sur les messieurs sont de même nature, mais moins visibles.

Bien entendu, ceci s'applique aussi aux autres marques, moins scrupuleuses, et qui évitent d'en parler. Macintosh a tiré les conséquences et limité le temps de travail sur ordinateur, surtout pour les femmes enceintes, à vingt heures par semaine.

L'informatique

L'équipement informatique comporte au moins un ordinateur avec une unité centrale (bloc logique), un clavier et un écran : une imprimante et un modem (modulateur-démodulateur, « Livebox »).

Des précautions élémentaires

On peut limiter l'impact de certaines ondes par de simples précautions. Ainsi, installer le modem à l'écart des lieux fréquentés, n'activer la liaison sans fil (WiFi) que lorsque c'est nécessaire, car l'ordinateur allumé cherche la connexion et émet des ondes, préférer une liaison filaire et tout éteindre la nuit.

Les écrans cathodiques

L'influence des ordinateurs à écran cathodique est de même nature que celle des téléviseurs ou des lignes à haute tension : il s'agit de champs électromagnétiques de fréquences extrêmement basses (EFB). Ces champs sont émis par le transformateur à très haute tension (THT) situé à l'arrière du moniteur d'écran de l'ordinateur. Ce n'est donc pas le rayonnement de l'écran qui est le plus nuisible, mais celui du transformateur THT.

Les écrans plats

L'influence des écrans plats est plus faible que celle des écrans cathodiques, mais aussi réelle, (Surbeck*).

Il existe des protections pour écrans

Par exemple, certains systèmes utilisent les propriétés particulières des lanthanides (terres rares) pour « aplanir » les champs EM qui sont, dès lors, non « pulsés » (Surbeck*). Nous avons vu au passage quelques parades à l'égard des champs EM, et nous y reviendrons dans *E-Remèdes*.

Émissions fluctuantes, facteurs multiples

Comme pour les téléviseurs, les émissions varient selon les modèles et selon l'heure d'utilisation, plus ou moins chargée. Électriquement parlant, nous sommes tous en réseau. L'ordinateur est soumis aux influences des autres flux électriques et des émissions hertziennes. La nuit ne nous protège nullement : il y a consommation maximale d'électricité à tarif réduit et par ailleurs, c'est le festival des radioamateurs. C'est la nuit que je me suis trouvée tétanisée en face de mon ordinateur, toujours aimable jusqu'alors depuis six ans. Pourquoi ?

Voir l'annexe : Mon aventure.

Bloc logique, souris, clavier, imprimante

Non seulement l'écran, mais aussi toutes ces composantes peuvent être dérangeantes.

Le problème n'est pas toujours de l'ordre du mesurable et normalisable, car le contexte fluctuant joue souvent un rôle déterminant, et l'utilisateur est le chef d'orchestre.

La souris est parfois source de troubles divers (douleurs, déformation du pouce, ganglions palpables), non par elle-même mais à cause du contexte. Un tapis de souris en matière synthétique doit ses bulles à un cocktail de produits toxiques (dont le formol et l'acétone) : le remplacer tout de suite par un tapis inoffensif (bloc de papier brouillon non chloré, pavé de liège aggloméré dans sa propre résine, cuir couleur naturelle, ou rien). Un modem trop près d'une souris peut être la cause d'un ganglion douloureux : modem éloigné, ganglion réparé !

De même, la proximité d'autres appareils, tout objet intrus, non agréé par votre équipement, ou un simple désordre, suffit parfois à perturber l'ordinateur, la souris, la main de l'opérateur et le ganglion concerné. Par exemple, un classeur en plastique trop près du clavier peut le « fâcher », et vous en subissez les conséquences. Une zone de respect s'impose, même pour un ordinateur blindé muni, comme une voiture, d'un double circuit.

Poste de travail

Il comporte souvent plusieurs appareils

Éviter de rester dans le « champ de tir » d'un appa-

reil électrique, sachant que l'influence est maximale selon les diagonales extérieures, comme les « flèches secrètes » des meubles). Éviter surtout de cumuler les salves : ordinateur + unité centrale + imprimante + photocopieuse + lampe halogène + téléphone (avec ou sans support) + poubelle en métal ou en plastique (à remplacer par une corbeille en osier).

Siège prétendu « ergonomique » : avec pivot sur cinq roulettes articulées

Les cinq supports de roulettes en étoile créent des angles aigus creux qui, par cette forme, captent l'« information » environnante (voir ci-dessus) et l'envoi de manière privilégiée dans le coccyx, les organes génitaux, la colonne vertébrale et le cervelet. Ils peuvent nuire gravement à la reproduction. Préférer un siège classique en bois ou un siège nordique de type « Balans » qui soutient le bassin et les genoux en position semi-debout, colonne vertébrale naturellement positionnée à la verticale.

En attendant, placer autour du pivot une spirale en cuivre (ou fil de clôture) faisant $2\frac{3}{4}$ révolutions dextrogyres.

Les petits souliers

Au bureau, alterner les chaussures (deux paires suffisent). Attention aux petits souliers qu'on laisse la nuit sous le bureau informatisé et qui stagnent en permanence dans un environnement chargé, sans accompagner une marche en plein air. J'ai rencontré

deux cas de cancer sous la malléole du pied droit, à l'endroit précis touché par le bord du soulier qui stagnait jour et nuit sur un sol synthétique juste à côté de la tour d'ordinateur.

Pour l'un des cas, une interprétation psychologique à la mode : « votre père vous a empêché de marcher » a occulté le bon diagnostic. La personne n'a pu prendre les mesures efficaces. Elle en est morte.

LA CUISINE

À quoi bon acheter « bio » si votre cuisine est anti-bio et « débiotise » vos bons aliments ? Voici quelques conseils pour les protéger.

Frigorifique

Ne pas coller d'aimants : ils altèrent le champ EM.

Les plaques à induction

Elles peuvent générer des champs importants ou de polarité (champ de torsion) lévogyre (sens anti-horaire, débilitant). À vérifier.

(Amendable par de la galène, à gérer sensitivement, débutant s'abstenir).

Soupes et boissons chaudes peuvent être préparées à l'aide d'un petit réchaud de camping à flamme ouverte (polarité dextrogyre).

Four à micro-ondes ?

Ces fours sont dérivés des surplus militaires de la

dernière guerre. La question de la sécurité physique externe est généralement seule discutée, alors que la qualité de la nourriture devrait être au cœur du débat. Réchauffée, décongelée ou cuite au micro-ondes, elle est déstructurée. Même sans microscope, on peut faire un tel constat par l'énergétique. Ainsi, un lait « correct » (biochamp complet, bioindex 7) devient toxique en une minute : biochamp totalement inversé, bio-index 60 ! Dix minutes plus tard, le lait refroidi n'est plus toxique (biochamp nul, bioindex 7), mais il n'a plus retrouvé le biochamp positif de départ.

Pourquoi ?

Le coeur de l'appareil (magnétron) génère une agitation moléculaire très rapide (2,5 gigahertz), accompagnée d'un champ magnétique. Les études montrent que cette agitation dénature certains acides aminés¹⁶). Elle fait apparaître dans le lait des protéines neurotoxiques que l'organisme ne reconnaît pas.

Les méfaits de l'agitation moléculaire persistante sont connus. Sur le mode d'emploi de certains fours se trouve la mention : « Attendre vingt minutes après sortie du four avant de consommer ».

En clair : attendez que votre plat soit froid. C'est honnête, et l'agitation se calme en vingt minutes. Mais cette attente ne rétablit pas la qualité des molécules dénaturées, même calmées.

¹⁶ Notamment la méthionine, selon la faculté de Marseille. Il y a aussi inversion de la polarité rotatoire de la proline qui devient toxique du fait de cette inversion (Lancet, décembre 1989).

Voir l'annexe: Irradiation des Aliments.

Les plats réchauffés en 45 secondes (pas plus!) sont à mettre dans le budget alimentaire côté « malbouffe » (avec le sandwich au pain blanc, les frites à la mayonnaise, les sucreries et les boissons à l'aspartame), acceptables à l'occasion. Mais jamais pour un bébé et rarement pour un adolescent ! Il est médicalement constaté (Prof. Henri Joyeux, Montpellier) que la protéine du lait, dénaturée par le four à micro-ondes, est toxique pour les reins. Par quelle aberration trouve-t-on de tels fours dans les maternités ?

Si vous devez malgré tout, par exception, cuisiner aux micro-ondes, par exemple en voyage ou sur le lieu de travail, compensez par l'absorption de crudités vraiment fraîches — et non conservées par irradiation puis vendues comme fraîches. Si possible, voici des précautions physiques à prendre (Florian*) :

Placer l'appareil en zone neutre (déterminer au ressenti l'absence de zone pathogène), ne garer alentour aucun aliment, rester à distance de deux mètres quand il fonctionne.

Information relative au four à micro-ondes

Il existe des techniques, déjà évoquées, pour vérifier la qualité des aliments : photographie Kirlian, cristallisation sensible et bien d'autres. Des études sérieuses ont été entreprises, et leurs résultats publiés, dans plusieurs pays européens. Une bonne synthèse est fournie par un arrêt de la Cour Européenne des Droits de l'Homme à Strasbourg dont les « attendus »

sont très explicites. Cet arrêt rétablit le droit après dix années de procédure.

Voir annexe: Irradiation des aliments, effet des fours à micro-ondes sur la santé.

Sur un feuillet diffusé dans les pharmacies françaises, on a trouvé une liste de références à des études scientifiques et une conclusion : « Pour l'instant, n'utilisez pas les fours à micro-ondes. »

Enquête: ignorance et désinformation

Cependant, lors d'une enquête téléphonique, des directeurs de laboratoire du domaine alimentaire ne semblaient être au courant ni des questions ni des remèdes. Les livres de cuisine non plus.

Un article non signé paru naguère dans le *Journal du médecin* (j'ai égaré la référence) affirmait même : « ...la consommation d'aliments réchauffés au four à micro-ondes ne pose aucun problème pour la santé. » et conclut « ... les consommateurs bénéficient d'un degré de risque zéro ».

Testez vous-mêmes

Pour vérifier cette assertion, si vous ne pratiquez pas encore le test musculaire, vous pouvez acheter ou cueillir deux bouquets identiques, mettre l'un dans de l'eau passée au micro-ondes et refroidie, l'autre dans de l'eau sans traitement, et comparer leur évolution. Nous-mêmes sommes des bouquets de fleurs.

LE SALON

Comme l'ordinateur trône au centre du bureau, de même le récepteur de télévision est la pièce maîtresse dans la plupart des salons.

La télévision

Effet physique

Nous avons vu que l'abus de télévision peut provoquer une véritable addiction, au même titre que l'alcool, la nicotine ou la cocaïne. Il ne s'agit pas seulement du contenu des programmes. Il s'agit aussi et surtout d'un phénomène plus pernicieux car invisible, une accoutumance physique. Nos cellules sont en effet comparables à des aimants, et les molécules d'eau de notre corps (nous sommes eau !) sont des dipôles (doubles aimants). Leur polarité peut être altérée par un effet de résonance. Les télémanes sevrés du petit écran (par exemple, en cas d'hospitalisation) souffrent de « manque ». Pour les calmer, il suffit d'allumer un poste, en l'absence même de toute émission. Cette addiction s'accompagne d'un effet sur le mental, sorte de programmation neuro-linguistique destructurante.

Les jeunes et la télévision

Aux USA, un cri d'alarme a été poussé par les industries qui considèrent les jeunes « inutilisables » à l'issue de leur scolarité. À 18 ans, disent-elles, les télémanes sont « incultes et amorphes ».

Il faut savoir qu'aux USA, la majorité des enfants

regarde la télévision de trois à six heures par jour — de préférence les dessins animés — dès sept heures du matin. Pour être édifiés, regardez une minute l'un de ces films japonais. Plus, je ne peux pas, mais on me dit que certains adultes y sont accros.

Vérifiez donc que votre enfant n'est pas dépendant et évitez qu'il ne le devienne. Notez que l'appareil en veilleuse est presque aussi addictif que l'appareil allumé. Vérifiez aussi leurs lectures, car beaucoup d'enfants sont nourris (intellect et émotions fortes) uniquement de bandes dessinées qui reprennent les personnages de la télévision. Les jouets aussi, me dit-on. La boucle est bouclée : les enfants sont coupés du reste du monde, mais feront d'excellents consommateurs — très dociles.

Que faire ?

Un emploi du temps

Établir un budget heures / semaine, choisir le programme hebdomadaire et s'y tenir. Prévoir un emploi du temps de rechange attrayant.

Adopter une technique douce

La vidéoprojection nous évite les rayonnements. Voir par exemple : [<home-cinema.comprendrechoisir.com/>](http://home-cinema.comprendrechoisir.com/) et [<www.isnm.de/content/mcluhan/research.html>](http://www.isnm.de/content/mcluhan/research.html).

En attendant

Placer une lampe à incandescence ou une bougie à proximité du poste.

Débrancher physiquement le poste après usage (tant pis pour la télécommande en dehors des heures choisies et éventuellement pour la présélection).

Voir aussi : E-Remèdes, les plantes sont nos amies.

Meubles à structure métallique

Un aquarium, avec ou sans pompe, peut entrer en résonance avec le réseau électrique urbain extérieur. De même une table basse à tablette en verre maintenue par un cadre métallique. Il faut traiter ces objets comme les vitres, par le choc et la vaporisation : et les éloigner si possible des sources de pollution.

L'éclairage

Les luminaires et leurs champs

Pour votre éclairage de proximité au long cours, préférez — c'est une redite — lampes et lampadaires munis d'une prise de terre. Un plafonnier et un lampadaire génèrent un champ magnétique qui pourrait influencer l'étage supérieur et perturber le sommeil : à vérifier !

Tubes fluorescents

« Néon » et lampes fluo-compactes, dites à économie d'énergie, tubes fluorescents et autres lampes à décharge et à arc tendent à fatiguer l'organisme, particulièrement les yeux. Éteints, ils génèrent des champs électriques. Allumés, des champs magnétiques.

Ces avis sont à nuancer selon les spectres et la polarité des lampes. Les batteries de lampes dans les usines

et ateliers bénéficient généralement d'un descintillateur qui les rend biocompatibles. Pour les particuliers il existe des tubes dits « lumière du jour » dont le rayonnement est plus équilibré. J'ai pu constater la différence pour une caissière tenant sous un tel éclairage son bébé dans les bras. Ils sont chers à l'achat mais pas à l'usage, car ils durent très longtemps.

Lampes et ampoules halogènes

Il existe plusieurs types d'ampoules dites « à halogène ». Elles posent des problèmes différents et demandent donc des solutions différentes.

Les petites lampes halogènes à basse tension exigent un haut ampérage et génèrent ainsi un champ magnétique important qui peut avoir un effet soporifique ou excitant.

Les ampoules halogènes 220 V (sans transformateur) dérangent moins, mais attention de ne pas s'asseoir près du variateur ! Elles sont acceptables comme composante d'une lampe pourvue de son « ballast ». Ce n'est pas le cas si elles se vissent comme une lampe à incandescence (donc avec ballast intégré au culot de l'ampoule).

Les lampadaires à ampoules halogènes 220 V (250 W, 400 W, et plus) doivent comporter : une ampoule, un transformateur, un modulateur, un pied métallique, un interrupteur, une double protection de verre pyrex destinée à confiner les rayons nocifs.

Une lampe de ce type, de bonne qualité et à dose modérée, pourrait faire partie d'une combinaison

équilibrée («éco-niche»). Par contre, à vil prix, vous aurez un transformateur et un modulateur de vile qualité, et aucune protection de verre. Le transformateur non relié à la terre génère des champs puissants qui diffusent, à travers plafond et plancher, des hyperfréquences dont la nocivité apparaît aux tests biophysiques. L'ensemble, même éteint, peut avoir une influence nocive s'il reste branché. Certains fabricants déconseillent les lampes à halogènes pour les chambres d'enfants. Ne pas laisser une lampe halogène branchée la nuit : une telle lampe à l'étage inférieur (salle de conférence) a fait dépérir mes levures vivantes.

Une bonne enceinte lumineuse

On peut toutefois créer une enceinte harmonieuse, par exemple :

- en combinant les complémentaires : un éclairage direct par lampe à incandescence, qui produit un excès de rayonnement infrarouge (et peu de violet et d'ultraviolet), et un éclairage (indirect) par lampe halogène qui produit un excès d'ultraviolets,
- et en évitant les mélanges pervers, par exemple : spot à basse tension et tubes fluorescents.

D'une manière générale, il est recommandé de combiner un éclairage d'ambiance assez discret et un bon éclairage ponctuel : la lumière éclaire la page à lire ou à écrire et non pas le haut du crâne (fontanelle). La «lampe d'architecte» est un bon modèle du

genre, mais il est conseillé de relier à la terre la structure métallique.

Précautions

Garder une distance de respect entre la lampe et la tête. La phase (arrivée du courant) et le neutre (retour) influencent le confort à proximité d'une lampe. Un fil sans terre peut être branché de deux manières, dont l'une est préférable à l'autre : faites le bon choix en ressentant l'effet. Un électricien peut vous aider à l'occasion, mais pour la vie quotidienne, en-dehors des heures ouvrables et des créneaux de l'agenda, ou en vacances, il vaut mieux être autonome.

Ampoules « économiques » fluorescentes

Comme les autres, elles sont acceptables si la lampe est pourvue du « ballast ». Ce n'est pas le cas si elles se vissent comme une lampe à incandescence (donc avec ballast intégré au culot de l'ampoule). Une routine à présent : par écoute du bien-être, choisissez le bon branchement phase / neutre.

Lampes-spots avec réflecteur métallique interne

À éviter ou équilibrer.

Équilibre : combinaisons et harmonisants

Combiner les pics sur le modèle déjà souvent mentionné « lampe halogène et lampe à incandescence » ou une bougie. Utiliser les plantes « électrophages ». Ainsi, une lampe halogène fait « éco-niche » avec un Yuka qui absorbe l'excès d'UV.

Pour les harmonisants (pierres, plantes, huiles essentielles etc.), voir: E-Remèdes.

LA CAVE ET LE GRENIER

Nous sommes une caisse de résonance de la maison: toute perturbation, toute forme prédominante (un escalier derrière le lit) se reflète dans la salive — et la santé — des habitants. Mais la maison est elle-même une caisse de résonance entre la cave et le grenier. Donc, ni l'une ni l'autre ne doivent être des dépotoirs au long cours ou le siège d'événements inadéquats, électriques ou autres.

Exemples

L'ambiance de toute une maison était alourdie par la présence du générateur d'air conditionné dans la cave à vin. L'appareil a pu être installé à l'extérieur et ce fut la fin des malaises.

Un lit métallique (= condensateur et antenne) abandonné dans le grenier par les prédécesseurs affectait la personne dont le lit se trouvait juste au-dessous: fatigue chronique qui cessa après l'évacuation du coupable.

Pour action

Scruter la cave et le grenier qui ont aussi droit au grand nettoyage de printemps. Un service de type « Petits Riens » (en Belgique) enlève gratuitement les objets inutiles. Une valise vide et fermée depuis un an ou plus est remplie d'influences négatives (comme

un tonneau vide est rempli de gaz, plus dangereux que le fluide). Le désordre est aussi dérangent dans ces endroits peu fréquentés que dans un salon. Toute influence négative amplifie celle de l'électricité, car nous recevons le cumul.

CONCLUSION

Nous devons rester vigilants mais sereins, nous ne sommes pas complètement démunis devant l'accroissement régulier de l'électrosmog et son influence sur notre santé. J'ai mentionné au passage quelques précautions et parades.

Les formes sont aussi un recours, par exemple la géopuncture qui pallie l'insuffisance ou l'impossibilité d'une mise à la terre. Une analyse sensitive indiquera le point local favorable, comme pour l'acupuncture, pour y placer une forme adéquate. Par exemple, une photo d'if (taxus), un tableau bien pensé ou un triangle en cuivre.

Triangle équilatéral pour les ondes radio ou l'électricité porteuse de radio-pollution. Triangle isocèle (pointe de pentagone étoilé) s'il s'agit d'électricité non polluée — de plus en plus rare en Occident.

S'il vous reste un doute sérieux sur votre habitat

Demandez une consultation domobiologique à un spécialiste muni de solides références, et étudiez le chapitre suivant.

Il existe de nombreuses voies pour vivre avec l'électromog. Certaines ont été indiquées chemin faisant. En voici d'autres pour se protéger, se libérer, se soulager, se fortifier.

Être EHS est un état accidentel, pas une maladie.

PROTÉGER

L'ambre, le plomb, l'aluminium, l'alun (de potassium), le sel

Vous n'êtes pas obligé de tout faire. Un choix suffit généralement.

Le collier d'ambre («elektron» en grec) est une bonne protection pour tous. Les messieurs le portent — en toute discrétion — contre la peau, les dames peuvent choisir de le montrer. Posé près de l'alimentation de l'ordinateur, il peut servir à en biologiser les effets. Passer souvent sous l'eau froide courante, laisser sécher à plat. Attention, le fil d'un collier d'ambre est forcément en fibre naturelle et les passages à l'eau le fragilisent : surveiller, remplacer.

Un cran plus loin : une petite plaque de plomb de 5 cm de diamètre et 2 à 3 mm d'épaisseur, à porter au niveau de la poitrine (thymus), sur le vêtement ou sous une chemise légère. Garni de trois petits clous dorés (or, cuivre ou laiton), cela fait bijou moderne. En cas d'intense pollution, il faut en posséder deux,

pour les alterner toutes les deux heures. Nettoyage à l'eau froide et au soleil.

D'où vient ce plomb ? Vous achetez un plomb de pêche pour gros poisson et vous le martelez, ou vous demandez une chute à un couvreur.

Plus beau, plus cher : il existe des objets appelés « clefs du vin », conçus par les œnologues pour gérer une cave à vin. Le plus petit modèle est prévu pour mettre en poche. J'en ai fait un pendentif en enlevant sa protection d'acier. Il a une forme de grosse virgule, avec une petite insertion d'or et de cuivre abritant un circuit oscillant.

Un bijoutier le parachèvera par une bélière en or qui permettra de le suspendre à une chaîne. Ce n'est pas le même budget que le morceau de plomb, mais ce pendentif a une double fonction : para-ondes esthétique et clef du vin qui révèle son potentiel (le vendeur expliquera).

Une feuille d'aluminium (restée bien lisse) protège les remèdes délicats (homéopathie, etc.) contre les champs EM. Maintenir en place par du « micropore » (biocompatible), jamais de scotch. Une feuille de papier blanc protège l'aluminium, facilement écorché.

Certaines personnes EHS se protègent par des rideaux et une « moustiquaire » en aluminium, les plus atteintes portent un casque et une cotte de maille. Si on prend les bonnes précautions et les bons remèdes, on doit pouvoir se contenter de l'ambre ou de l'alun au quotidien : du plomb ou de la « clef du vin » pour le

TGV et l'avion, et du cuivre pour la « mise à la terre » (voir plus loin), quand on ne dispose pas de la rosée du matin sur une pelouse propre à bonne température pour accueillir les pieds nus.

Pour les appareils : pierres, potasse, sel, baies de laurier, plantes.

Rappel : d'abord de l'ordre, et une distance de respect autour de l'ordinateur. Une seule astuce pourrait alors suffire pour moduler agréablement ses effluves.

Des pierres « éponges »

Galène, tourmaline, obsidienne, shungite¹⁷, quartz rose et d'autres absorbent les champs. Toutefois, elles se chargent et il faut régulièrement les décharger. Comment ? Soit les passer sous l'eau froide courante, soit les exposer au soleil quand la qualité – variable – de l'ensoleillement est agréable, (il chauffe et ne brûle pas). Une pierre chargée peut devenir nocive : eczéma, gonflette, insomnie,...

Ordinateur, alun et sel de table font très bon ménage

Vous pouvez soit porter l'alun sur vous en quantité minime, à jeter ou brûler tous les soirs, soit en disposer à côté des prises de votre ordinateur (alimentation, souris, imprimante). Si vous le prenez en main après une longue séance, vous en sentez le bienfait. Sinon, il faut le renouveler.

¹⁷ Chère au gramme, bon marché au kilo.

L'alun est vendu :

- soit en poudre que vous pouvez employer telle quelle ou dans un peu d'eau salée (petits flacons aux côtés de l'ordinateur),
- soit en bloc que vous adaptez à votre usage : un marteau réduit le gros morceau, protégé d'un linge, en fragments.

Au fait, et le savon d'Alep ?

C'est mon plus récent pare-ondes en date. Ses baies de laurier l'apparentent au cyprès, grand protecteur à l'égard des ondes. Vous pouvez mettre le savon entier derrière l'écran de l'ordinateur qui vous en saura gré. Les visiteurs penseront que vous allez au hammam. Vous pouvez aussi en râper un peu et changer les coqueaux tous les soirs.

Pourquoi avons-nous abandonné le savon de Marseille¹⁸ au profit de savonnettes à senteur synthétique ? Parce que le savon de Marseille est concurrent du déodorant qui profite (comme les savonnettes) à d'autres poches ?

L'or, l'aluminium et le germanium

Les cosmonautes russes ont été protégés des rayons durs par une couverture dont les éléments actifs sont l'or, l'aluminium et le germanium. Une telle couverture est rendue accessible aux particuliers par Phy-

¹⁸ Importé à l'origine, il y a 3000 ans, de la ville d'Alep par la Méditerranée.

sioQuanta, Centre Nemo Montpellier (Guillaume Moreau soleil-levant.org). L'effet protecteur est avéré. Je n'ai pu vérifier les autres propriétés éventuelles de la couverture.

Les plantes sont nos amies

Une très bonne nouvelle : de nombreuses plantes se régalent des influences qui nous dérangent ! Par exemple, le Bégonia Rex, le Chlorophytum, la Mîsère, le Lierre et le Kalanchoë nous protègent ainsi de l'électricité. Le Chlorophytum notamment, notre plante-liane ou plante-araignée, est appelé en allemand « plante de bureau » (*Büropflanze*) tant il apprécie visiblement un environnement informatique.

Quant au yuka (yucca) et au cactus, ils ont besoin de rayonnements ultraviolets qui leur manquent sous nos climats. Les lampes halogènes en produisent en excès. Associés, ils créent une éco-niche qui nous épargne. Un yuka isolé nous pompe, mais il aime le rayonnement d'une lampe halogène et les deux réunis forment un éco-système inoffensif. Le cactus « *ce-reus peruvianus* » aime particulièrement le voisinage d'un écran de télévision ou d'ordinateur.

Pour éviter l'impact des « influences croisées », il est judicieux de se protéger aussi de la chimie. Il est possible d'améliorer la qualité de l'air par les plantes.

Selon une longue étude menée pendant vingt-cinq ans par le Dr Wolverton, chercheur à la NASA plantes-depolluantes.com sur la dépollution de l'air intérieur, de nombreuses plantes sont gourmandes des

influences chimiques (benzène, formol, monoxyde de carbone etc). Parmi les plantes les plus performantes et les plus polyvalentes citons : le Sansevieria, les Dra-caenas marginata et deremensis, le Spatiphyllum, la variété de Palmier chamaedora. Ces plantes ont de fortes capacités d'épuration et de filtration.

D'autres plantes encore (Caoutchouc ficus, Monstera, Dieffenbachias) sont mentionnées par Rémi Florian*.

Les plantes participent également à la production d'ions négatifs dans l'air.

Inconvénient des plantes : elles prennent plus de place qu'une pierre.

Avantage : si elles sont mal soignées ou mal placées, elles ne vous attaquent pas, elles prennent un air triste et vous pouvez agir avant qu'elles ne vous quittent.

LIBÉRER

Eau et air en abondance

Doucher, aérer, brosser ou laver les cheveux, se-couer la literie et les vêtements (comme avant l'avè-nement du nylon). Alternner ce que vous portez. Laver les bijoux, les nettoyer comme jadis dans la sciure de buis — à défaut, dans des feuilles de buis en poudre.

Le sel

Prendre une fois par semaine, dix minutes, un bain

chaud salé (grosse poignée de gros sel de Guérande). Rincer à l'eau fraîche.

Pour une cure, mettre 500 g de sel et 500 g de bicarbonate de soude.

Exercices pour la circulation de l'énergie

Respiration, marche ou bicyclette, jeux de plein air,... Une discipline « corps-esprit » est favorable : training autogène du Dr Schultz (première méthode européenne de relaxation basée sur la suggestion et la décontraction, medecines-douces.com/schultz.htm), sophrologie, yoga, tai-ji-quan, reiki ou un art martial interne (aïkido, le plus complet).

Mise à la terre personnelle

Le Dr Jean-Pierre Maschi www.jeanpierremaschi.com nous a prévenus dès 1965 :

Il faut mettre le corps à la terre comme on met un appareil à la terre. Il a été démontré depuis lors que lorsque le corps humain est, par une mise à la terre, protégé des énergies parasitaires artificielles rayonnées, de nombreuses pathologies sanitaires disparaissent et on constate une amélioration globale de l'état de santé.

La méthode la plus simple et la plus naturelle est de marcher dehors pieds nus dans la rosée matinale — même givrée. On peut ainsi gagner plusieurs points sur l'échelle du bio-index et effacer la signature de la radio-pollution — ce qui éventuellement laisse apparaître d'autres signatures (chlore ? mercure ?) cachées par la radio-pollution.

À défaut d'herbe et de rosée, marcher pieds nus sur la terre, le sable, un sol en pierre ou un carrelage en grès. Décharger souvent les pieds et les avant-bras (ou les poignets) dans l'eau froide courante.

Vous pouvez aussi poser les pieds nus sur une plaque de cuivre reliée à la prise de terre par un fil de mise à la terre. Mieux encore : installer une plaque magnétique.

Elle peut être bricolée sous contrôle d'un électricien, avec une planche d'aggloméré de 50 x 50 x 3 cm recouverte de feuille d'aluminium et entourée d'un fil électrique dénudé (section 6 mm²) relié à une prise de terre séparée (piquet métallique de 150 cm). (Le-grais & Altenbach* 2010, 79-80).

Décharge avec prise de terre séparée

L'Organisation Next-up, en collaboration avec le Dr Maschi et le Dr Roger Santini, a mis au point un puissant système de décharge pour personnes EHS.

Roger Santini et *Next-up organisation* ont analysé pendant plusieurs années la pratique de décharge, mais c'est depuis environ 2010 que des tests en situation réelle à la Zone Refuge pour EHS ont permis de matérialiser concrètement et d'optimiser techniquement une unité de décharge performante, avec effet immédiat.

Pour commander le kit (unité de décharge personnelle tout inox) et recevoir d'abord un devis, il suffit de contacter Next-up par un message électronique, en indiquant la longueur exacte (mesurée avec tous

les recoins) du câble qui reliera l'unité de décharge à la prise de terre. Le coût total dépend essentiellement de la longueur de ce câble qui varie avec le nombre d'étages et de recoins à franchir.

En principe, pour une maison avec jardin, le prix du kit complet tout inox fabriqué par un professionnel (sans le piquet de terre, trop volumineux pour l'expédition) est compris entre 120 et 170 euros (+ frais de port). Un piquet de terre coûte entre 10 et 20 euros.

Ceci étant, une mise à la terre indépendante n'est pas toujours facile à réaliser.

À la campagne ou pour une maison située en milieu urbain, quelques mètres de câbles et un piquet de terre à l'extérieur suffisent.

En revanche, pour ceux qui résident en ville dans un immeuble collectif, il faut tirer un câble indépendant vers une nouvelle terre qui, souvent, ne peut être implantée que dans un sous-sol ou une cave. Il faut alors faire appel à un professionnel pour qu'il plante un piquet de décharge dans un trou percé à cet effet dans la dalle du sous-sol. Une autorisation du propriétaire ou du syndic est souvent nécessaire.

Voir next-up.org/NewsOfTheWorld/EHS_Decharge.php

Détox

La qualité de l'eau de boisson est primordiale pour que la «détox» ne soit pas une «intox» par l'eau. Vérifier l'influence de l'électricité domestique sur l'eau et les aliments: réfrigérateur mal branché? éclairage

fluorescent ? four à micro-ondes (*horrible dictu*) ? L'eau peut aussi être influencée par l'antenne-relais postée sur le château d'eau.

Vous pouvez effacer l'information parasite par un effet de cascade, comme les Africains régénèrent leur thé si l'eau a bouilli.

Un certain nombre d'aliments ont un effet dépuratif, par exemple la courgette, l'ail fermenté, la choucroute crue, le wakamé. La pectine de pomme et le miso ont subi l'épreuve du feu, l'une à Tchernobyl (10g/jour, avec vitamines et oligo-éléments) et l'autre à Nagasaki (4 c. café /jour).

Le miso est une pâte de légumineuse (soja) ou de céréale (riz, orge,...) longuement fermentée selon une recette japonaise. Un médecin de Nagasaki a mis toute sa clinique au régime de quatre soupes de Miso quotidiennes, et toute la population de la clinique a été sauvée.

La recette est simple : une cuillère à café dans une soupe de légumes chaude, un bref bouillon. Comme fortifiant contre la radio-pollution occidentale, un potage par jour devrait donc suffire.

Voici un exemple de cure à la pectine de pomme, vendue pour les confitures. Le « sirop de Liège » belge, à base de pommes et de poires, en contient aussi. Alexia a fait une expérience pour nettoyer un tant soit peu ses enfants de l'électro-pollution. Sa fille a consommé de la pectine deux fois par jour (une cuillère à soupe matin et soir) pendant une semaine. Un

témoin salivaire avant et après cette brève période montre déjà une nette amélioration des indicateurs biologiques (biochamp et bio-index).

SOULAGER

Par les huiles et élixirs

Les huiles essentielles ou eaux florales sont efficaces pour moduler les émissions et les rendre bio-compatibles. On trouve même en pharmacie des diffuseurs adéquats.

Les huiles essentielles de cyprès, laurier, romarin, lavande officinale, livèche, ail des ours (huile ou poudre), arbre à thé (*tea tree*), niaouli, et j'en passe sont des antidotes: déposer quelques gouttes sur un mouchoir ou mélanger dans une bonne crème hypo-allergique (cérat de Galien, cold Cream...).

Mettre des gouttes d'HE de cyprès dans l'huile de table (sept gouttes pour un litre) a des conséquences inattendues: l'huile d'olive cesse d'être offusquée par un organisme électropollué: voire, elle le purifie.

Le savon d'Alep, qui contient de l'huile essentielle de baies de laurier, est un antidote puissant, pratique et discret à poser près d'un ordinateur ou d'un lit, à proximité de prises de courant ou de possibles nuisances électriques. Et pourquoi ne pas se servir d'un tel savon pour la toilette personnelle et pour laver le linge de corps ? ...comme on utilisait naguère le savon de Marseille (sous-entendu « du Port de Marseille » qui importait le savon d'Alep).

Élixir ou infusion : achillée millefeuille (Yarrow), menthe, gingembre, prêle. En cas d'insomnie : la valériane, le bouton de fleur d'oranger ou le millepertuis (huile ou élixir).

RENFORCER AU QUOTIDIEN

Aliments vivants

Les fruits et légumes frais sont « vivants », mais aussi les produits fermentés tels le miso, le nuoc-mam, l'ail fermenté (kyolic) ou la choucroute. « Brouter » de l'herbe ? Oui, voir plus loin, c'est utile ! Je consomme les herbes culinaires et légumes-feuilles en direct de mon balcon (ou de la forêt proche), sans intermédiaire, ni cuisson.

Certaines épices (safran, paprika, gingembre, coriandre, curcuma et poivre), de bonne qualité et non irradiées, renforcent l'organisme et aident à la conservation des aliments. Quelques herbes culinaires (la menthe et surtout la livèche) sont de véritables antidotes. Des expériences récentes ont montré l'efficacité des graines de lin les chercheurs du laboratoire en prennent depuis lors tous les matins.

L'huile d'olive change de polarité au contact de l'électro-pollution, mais nous avons vu que si elle reçoit des gouttes d'huile essentielle de cyprès, elle accepte et « nettoie » cette pollution.

Prendre des précautions pour la conservation des aliments : un aliment bio ne le reste pas s'il est mal

conservé. Utiliser le frigorifique comme lieu de transit et non de stockage des aliments : chaque jour leur enlève un peu de fraîcheur et de valeur nutritive. Les aliments « vivants » se conservent au moins plusieurs jours à température ambiante ou sur le balcon. Ne supportent de toute manière pas le froid électrique : les oeufs, le fromage, les bananes,... Un garde-manger bien aéré sur un balcon peut faire office de cave. Les légumes de saison, de bonne qualité et dans un état naturel, se conservent très bien sur de la tourbe, dans le sable, dans une étamine humide ou dans des billes d'argile cuite.

Aliments soufrés

Le soufre joue un rôle important dans nos processus de régulation biologique (méthylation de l'ADN). Nos ancêtres consommaient régulièrement des aliments soufrés qui manquent souvent à nos menus. En voici une liste non exhaustive.

Ail, ciboule et ciboulette, moutarde, navet, oignon, poireau, radis (petit rouge ou grand blanc), roquette... L'association avec la lécithine des oléagineux (diverses noix) est équilibrée.

Une mention spéciale pour le Daikon, « radis oriental », qui n'est autre que le grand radis blanc de nos campagnes que l'on ne trouvait pas en ville avant qu'il ne soit importé et vendu dans les magasins bio sous un doux nom exotique. Les Allemands en consommaient régulièrement avec un peu de beurre, de sel

et de poivre sur du pain noir (complet). En France on en donnait aussi au bétail et en Belgique j'en trouvais le dimanche matin, pour consommation humaine, au marché de Malines.

Voir aussi la section: Aliments et compléments de l'annexe: Études de cas, mon aventure dans les champs et les ondes.

Entretien du mental

En tout état de cause, garder confiance.

La peur rend vulnérable et amplifie l'effet des nuisances. Si on ne peut changer les circonstances, le mieux est de les accepter, en leur imaginant quelque vertu. Chantonner est presque une panacée : testez ! On en prend vite l'habitude, avec plaisir. Mettez du soleil dans vos pensées : ses rayons protègent.

Voir ci-après: Et la force du mental dans tout cela ?

Si vous vous sentez malgré tout fatigué

Trois recours. Consultez votre nutritionniste : vous avez peut-être besoin d'oligo-éléments pour compenser ceux que vous avez perdus — notamment la silice organique. Un kinésologue vous indiquera des points de décharge du corps (points de Knapp), à masser journallement. Et vous pouvez faire une préparation isothérapeutique 9K sur témoin salivaire¹⁹ en attendant de découvrir par voie sensitive l'organothérapie appropriée (thalamus, hypothalamus, épiphyse,

¹⁹ 9^e dilution dynamisée korsakovienne, Bernet*, *À la Source de notre vitalité*, pp. 47-50.

hypophyse, hippocampe, myéline, parasympathique et tutti quanti), sans oublier les hormones ou les neurotransmetteurs.

EN CAS DE POLLUTION NUCLÉAIRE

Les aliments

Voir aussi Karèn-Werner, 43.*

Pendant plusieurs semaines, abstenez-vous de tout aliment contenant des protéines concentrées (oléagineux, produits animaux).

Buvez chaque jour un à deux verres d'eau argileuse (2 c. à soupe dans un verre d'eau, laisser reposer une nuit loin de toute pollution géopathogène). Si l'eau était contaminée, elle est alors purifiée par l'argile qui, bien sûr, finira au fond du jardin.

Mangez des graines germées et des algues en abondance. Des expériences ont montré que des animaux de laboratoire nourris avec ces aliments supportent des doses de radioactivité beaucoup plus fortes que des animaux nourris avec d'autres aliments.

Mâchez de l'herbe des champs et crachez la pulpe trop filandreuse, c'est le jus qui compte. J'ai rencontré une survivante d'Hiroshima qui s'était alimentée ainsi. Les plantes amies (vois ci-dessus) vous aident ici aussi.

Emplâtres

Si votre corps a été touché, recouvrez les parties atteintes d'un emplâtre d'argile verte avec quelques

pincées d'alun de potassium. Renouvelez l'application dès que la précédente aura séché.

Antidotes

Si l'eau de pluie a été contaminée, apportez-en à votre amie pharmacienne et demandez un antidote (« isothérapeutique 200K ») : à défaut, faites une 9^e dilution korsakovienne (9K, Bernet* 2006, 47-50).

Apprenez à reconnaître les plantes comestibles, tonifiantes, voire médicinales, qui croissent dans les champs, les jachères et même en ville au bord des parcs et jardins.

Radio-pollution d'un marron en bogue

Un marron dans sa bogue gît sous le marronnier. Il est énorme. Son biochamp et son bioindex révèlent une forte radio-pollution qui provoque des grimaces et se ressent à plusieurs mètres. Un bain dans une eau avec bicarbonate de soude et alun de potassium inverse l'un et l'autre indicateurs : le marron devient l'objet le plus « radieux » de la maison. Un espoir au cas où un accident nucléaire rendrait une grande partie de la nourriture impropre à la consommation.

ET LA FORCE DU MENTAL DANS TOUT CELA ?

Le mental peut donner la mort ou la vie

On a trouvé des personnes mortes de froid dans un frigorifique non branché. Leur terreur les avait terrassées, avec tous les symptômes d'une hypothermie.

Des femmes stériles ont accouché d'un beau bébé quand, ayant adopté un enfant, elles étaient libérées d'une obsession. Il y eut un cas dans ma famille.

Pour vous convaincre de la force de l'imagination créatrice et de l'énergie universelle (*chi*, *tai-chi*, *rei-ki*, *ai ki*), étudiez la physique quantique, la philosophie des arts martiaux internes, ou lisez dans les *Études de cas* le récit V de cas vécus.

Le mental protecteur

Les prierés d'Hiroshima

Certaines personnes n'ont pas été affectées par le rayonnement de la bombe. Elles étaient en prière profonde. Tout un établissement religieux a ainsi été épargné.

La marche sur le feu

Quelques années avant mon expérience EHS, j'ai participé en France à une marche sur le feu, organisée à la demande des étudiants en géobiologie que nous étions tous. Pieds nus sur 5 mètres de braises à 700 degrés. Théoriquement, la plante des pieds est brûlée jusqu'à l'os, six mois d'hôpital, on en ressort infirme à vie. Tout cela nous avait été longuement expliqué avant de lancer les bûches dans le brasier.

Il y eut une préparation mentale et énergétique, naguère d'une semaine, réduite entre-temps à un jour et demi. Quelle préparation ? Les ingrédients en sont l'énergie, les images mentales, l'intention forte et les symboles :

- Pendant une journée entière, s'imprégner d'images négatives : la force du feu et son pouvoir destructeur. Le lendemain, inversion (transmutation) de cette grande énergie en visualisant tous les bienfaits du feu, avec profonde reconnaissance.
- Entretenir la motivation : « Pourquoi fais-je cela ? Quel est le but à atteindre, que je VEUX, que je DOIS atteindre ? »
- Se nettoyer des lourdeurs d'un passé parasite que l'on projette dans la bûche personnelle qui sera lancée dans le brasier, sorte d'exorcisme.
- Avant la marche, jeux de ballon en plein air, décontraction, mouvement, respiration.

Et pourquoi pas nous tous, au quotidien ?

Nous ne sommes pas en prière permanente. Nous ne nous préparons pas pendant douze heures pour marcher douze secondes sur cinq mètres de braises. Donc, même si, bien sollicité ou au contraire choqué, le mental est puissant, il n'est pas tout-puissant en toutes circonstances. La marche sur le feu ne m'a pas empêchée de devenir EHS quelques années plus tard. Mais je suppose que cette expérience m'a aidée à trouver le ressort pour m'en sortir.

Aïkido, CNV (Communication Non Violente) et environnement

L'aïkido et la CNV ont en commun la recherche de la fluidité dans la relation avec soi, les autres et l'environnement. Dans ces deux disciplines, les par-

ticipants mettent en œuvre une empathie née d'une intention profonde : préserver et élever la sécurité et l'identité de chacun. Cette attitude sereine à l'égard des agressions limite les agressions.

Mais en matière d'environnement, il faut parfois scruter et étudier l'habitat et autres lieux de vie pour percevoir et déchiffrer les sources complexes de mal-être. Ne peut-on dire alors : « Ce que tu cherches te cherche », c'est-à-dire que se focaliser sur ces agressions augmente leur impact ? Il faudra donc exercer un arbitrage entre la nécessité de savoir, comprendre et agir et le besoin de rester neutre, de minimiser la crainte, de ne pas alimenter le problème par la focalisation sur le problème.

On peut dire alors que développer la bonne attitude à l'égard des « troubles de voisinage » s'apparente à une voie de développement personnel.

La musicothérapie est conseillée. Pourquoi ne pas chanter ?

Voir aussi : Études de cas. Solutions par l'énergétique et l'imagination créatrice.

POUR TERMINER SUR UNE FEUILLE DE ROUTE

L'environnement radiatif est en expansion, et notre système nerveux est lent à guérir. Il est donc fûté de prendre des précautions avant d'être entraîné dans une spirale où chaque déficit en provoque un autre.

Internet fournit des informations sur l'évolution technique et sociétale. Électriciens, éco-géobiologues

et nutritionnistes peuvent vous aider. Votre corps décèle les problèmes avant toute chose. Son tonus vous permet de déceler ou vérifier — mieux que quiconque — les antidotes : aliments, compléments, aménagement intérieur, hygiène de vie, attitude mentale, ... sans oublier la ré-information cellulaire.

Avec un peu de constance confiante, on devrait être mieux chez soi que dehors, et en forme tous les matins.

I — *MON AVENTURE DANS LES
CHAMPS ET LES ONDES*

Remarques liminaires

Ma constitution

Sauf accident, elle est excellente. Je pratique différents arts martiaux depuis 1951, travaille beaucoup avec joie, ne connais pas la fatigue, dors bien et m'applique à gérer ma santé par l'alimentation, la pensée et l'harmonie du lieu. Le ressenti éduqué me permet de choisir à bon escient les compléments alimentaires et les combinaisons heureuses. Je fus cependant EHS (Électro-hypersensible).

Comment le devient-on ? Comment ne plus l'être ?

Électrosensible ou sensitive ?

Mon entourage a pensé que je devenais victime de mes facultés sensitives. Il n'en était rien, au contraire. Il faut en effet distinguer « sensitive » (ce que je suis encore, et de plus en plus, avec bonheur) et « hypersensible » (ce que je fus naguère pendant trois mois).

Être sensitif signifie avoir de meilleurs récepteurs, que l'on utilise à volonté.

C'est un facteur de bien-être. Être hypersensible signifie avoir des récepteurs écorchés à vif, que l'on ne peut « débrancher ». C'est un facteur de mal-être.

Ma sensibilisation, 1991-1993

Avant de devenir hypersensible, j'ai été électro-sensible à partir de septembre 1991. Mon état empira progressivement et devint intolérable de mi-juin à mi-septembre 1993. L'environnement chimico-électrique donne alors une sensation de brûlure locale ou généralisée. L'influence de champs électromagnétiques, d'ondes hertziennes et autres phénomènes vibratoires est non seulement douloureuse : elle peut même conduire à l'inconscience temporaire.

Roulant sur l'autoroute de Liège pour subir une séance de mora-thérapie, j'ai perdu brièvement conscience en doublant un camion doté d'un téléphone mobile. Sentiment que le mental est « happé » par le camion et restitué ensuite. Cela peut coûter la vie de plusieurs personnes !

J'ai su plus tard que cette autoroute présente une particularité : le béton est coulé en nappe continue, les fers sont soudés d'un bout à l'autre. Un immense condensateur !

Comprendre : maladie ou accident ?

De nombreuses explications étaient envisageables. Les causes multiples et cumulées sont mentionnées plus loin, mais je ne savais pas tout à l'époque.

Comment et pourquoi devient-on électro-sensible ?

J'eus la réponse en rencontrant plusieurs personnes sujettes aux mêmes malaises.

Ma voisine Martine en particulier : elle a même été internée pendant cinq semaines en 1992 parce qu'elle criait de douleur la nuit, ce qui fut pris pour du délire. Elle avait, comme moi, atteint le fond du gouffre. Nos symptômes, notamment l'extrême sensibilité aux ondes radio, étaient identiques, ainsi que les moyens cherchés empiriquement pour réduire la souffrance. Je résume la conclusion en disant « surdose ».

La surdose de ma voisine Martine

Sa maison ancestrale du Morvan est à 8 km de la mienne. Les deux maisons étaient polluées par les lignes aériennes (parallèles) d'EDF et de France-Telcom.

Son appartement parisien était aussi pollué que sa maison morvandelle : situé en sandwich entre deux étages « informatiques », plus un salmigondis de comforts modernes collectifs (antenne de télévision sur le toit, émetteur-radio à proximité, relais de téléphone mobile des taxis,... C'est dans cet appartement qu'elle criait la nuit, jusqu'à son internement sur ordre du Préfet de police.

Cette pollution ambiante était (avec la présence de métaux dentaires) le seul point commun apparent. Son lieu d'activité et de séjour principaux, sa personnalité, son histoire, son métier, sa métaphysique même étaient différents des miens.

Quelle fut ma surdose ?

Elle commença en 1991. Avant d'entrer dans les

détails, voici un bref aperçu des facteurs personnels marquants (sur un fond de pollution générale accentuée).

- Voyages fréquents Belgique-USA.
- Longues séances dans les champs magnétiques (cabinet dentaire et postes d'activité).
- Pollution de ma résidence du Morvan.
- Il y eut aussi d'autres facteurs chroniques, et des événements collectifs (uranium « appauvri », incidents nucléaires en France et Grande Bretagne),
- puis l'année « spéciale » 1993.

Les sources de problèmes

Antécédents

Possible lointain co-facteur ?

Lu dans un article médical : « Je pense qu'à un moment donné de leur vie, les EHS ont été au contact d'une fréquence qui agit un peu comme un allergène, à partir duquel ils ont développé par la suite un processus de défense exagéré, car cataclysmique ».

Le fait que j'aie brièvement reçu du courant 110 V dans mon enfance me semble très lointain pour un effet étonnamment tardif. Par contre, l'action allergénique d'une surdose soutenue qui attaque certaines « fenêtres » en particulier irait dans le sens de mon expérience.

Antécédent professionnel

Je n'ai jamais apprécié l'éclairage fluorescent. J'ai toutefois passé vingt-sept ans de vie professionnelle

sous du néon, éteint car je ne l'allumais pas, mais le néon pollue, même éteint.

Le bâtiment dans lequel j'ai travaillé dix-huit ans véhiculait des traces d'amiante et son air conditionné accusait un déficit notoire en oxygène, pour le bonheur des médecins ORL. J'étais sujette à de tels problèmes qui ont cessé net le lendemain de mon départ. Le bâtiment a été vidé et nettoyé, le voisinage a reçu les poussières d'amiante.

J'ai eu l'occasion de tester, sensitivement, vingt personnes quant à leur réaction énergétique à un témoin de pollution émanant d'un spot à lampe halogène (papier séché en contact avec la lampe). La personne la plus sensible après moi était un ancien fonctionnaire ayant travaillé dans le même bâtiment. Corrélation ?

Influences chroniques

1991 - 1993. Voyages fréquents Belgique-USA. Lits de fortune sur des canapés à ressorts. Entre autres : séjours à Santa Fe où le terrain ferrugineux était hyperpollué par des câbles électriques aériens. Les amies locales, encore jeunes, sont toutes décédées avant l'an 2000.

Juillet 1992 – fin 1994. 25 000 km au volant d'une nouvelle voiture, riche en électronique, technique nouvelle en Europe, sujette à critiques.

Septembre 1992, Un nouveau bureau à Bruxelles, sous l'influence de câbles enfouis dans le trottoir et d'un émetteur radio en face.

Mai 1993 – mai 1994. Pollution de ma résidence du

Morvan, maison ancienne comportant, barres de soutènement et croix en fer sur la façade face aux câbles aériens (EDF et France-Telecom). Un transformateur et une ligne à moyenne tension proches de la maison ont été portés à 22 000 Volts sans qu'EDF ait modifié les vétustes câbles nus, parallèles à mes gouttières et à la nouvelle ligne téléphonique. Les câbles aériens de France-Telecom, souvent parasités, se trouvaient entre les deux. Prise de terre vétuste, devenue progressivement insuffisante eu égard à l'augmentation de l'électrosmog.

Septembre 1991 - juin 1993. Une fonction à temps partiel (32 h/mois) exercée dans un bâtiment très pollué (le champ magnétique partout supérieur à 10 nanotesla, dépasse l'appareil de mesure Kombitest), à un poste de travail cumulant extraction de l'air conditionné, un spot, une lampe halogène, une lampe ordinaire et deux prises de courant.

1990-1993 Dentisterie

Longues séances dans les champs magnétiques d'un fauteuil vétuste chez la dentiste, pour dépose progressive des amalgames au mercure.

Les métaux lourds ont la réputation de se fixer dans le cerveau. La cristallisation sensible ayant fait apparaître un demi-cercle dans la partie correspondant au haut du corps, j'ai demandé la dépose de tous les amalgames. Mais il y a eu un revers. Le fauteuil de la dentiste était électro-pollué au point de me faire perdre conscience dans le fauteuil, une « électro-anes-

thésie » spontanée, la même éprouvée en doublant un camion équipé d'un mobilophone.

Remarques : à Autun en 1993, j'ai rencontré deux autres personnes atteintes d'un syndrome comparable, mais moins aigu. L'une a déménagé pour échapper aux nuisances. L'autre s'est fait enlever tous les bridges dentaires et sa condition s'est nettement améliorée. J'ai déjà mentionné le cas plus aigu de Martine qui a aussi bénéficié d'une levée d'amalgames.

Un remède prescrit à Dijon (Natrum et Sépia) ne m'a pas vraiment aidée.

Incidents personnels

En mars 1993, radio Vatican.

À Bruxelles, j'ai dû travailler de nuit sur mon ordinateur (appareil par ailleurs correct et ne m'ayant, en six ans, posé aucun problème). Une influence que je n'ai pu qualifier ni quantifier mais dont j'ai trouvé la source à l'extérieur du bâtiment, a mis ma tête et ma poitrine dans une sorte de four à micro-ondes. Je me sentais devant l'ordinateur comme hypnotisée, tétanisée et brûlée à la fois. Il m'en est resté plusieurs mois une raideur du cou. J'ai compris plus tard que l'émetteur en face était Radio Vatican, plus puissant la nuit que le jour.

En juillet 1993, France-Telecom

En Côte d'Or, dans mon grenier, m'approchant à deux mètres de l'arrivée de la nouvelle ligne téléphonique, j'ai eu le sentiment que l'on m'arrachait les

oreilles, que mon cou gonflait (thyroïde?) et se raidissait et senti une brûlure au centre de ma tête (glande cervicale?). Une sorte d'électrocution lente. J'en ai conservé longtemps des spasmes dans le cou et la tête qui s'éveillaient en passant par un lieu chargé électro-magnétiquement — ils sont nombreux! Le câble de la nouvelle ligne longeait la façade parallèlement aux lignes EDF et France-Telecom. J'ai fait poser une boîte de déparasitage avec filtres: les problèmes de liaison téléphonique ont cessé sur le champ.

Événements mondiaux

1991-1993 Pollution collective

1991 Guerre du Golfe et uranium « appauvri »

1992 Incidents nucléaires en France et Grande-Bretagne

1993 Année spéciale: radioactivité?

1993: Constats

Malformation ou aberration de végétaux

- Gigantisme et nanisme,
- mélange aberrant de petites et grandes feuilles sur une même plante, feuilles mal formées,
- pousse exubérante du sapin bleu, dépérissement du pin,
- arbres fruitiers sans fruits, avec fruits momifiés ou non comestibles.

Les plantes atteintes en 1993 manifestent les mêmes aberrations en 1994.

L'eau de mon puits semble déplaire au potager

Les plantes sont fanées par l'arrosage !

Quelques détails

En 1993, j'ai constaté, à Bruxelles comme en Côte d'Or, d'étranges phénomènes :

- Des plantes bien connues de moi depuis trente ans devenues naines ou géantes : par exemple, des fraisières sauvages ont des feuilles géantes et de minuscules fruits noirs et secs ; cinq mètres plus loin, les mêmes fraisières ont des feuilles naines, pas de fruits ou des fruits ronds. Les cassis ont des feuilles naines, des fruits durs comme la pierre : les ramures de nombreux arbres sont étrangement jaunes d'or ou brunâtres, etc.
- Des couchers de soleil brûlants, d'aspect insolite (dès 1992).
- Décalage de la saison (pervenches en fleurs le 14 février, automne début septembre, hiver en novembre, mais platanes à feuilles vertes le 20 décembre sous les lampes à sodium (éclairage urbain orange).

J'avoue avoir ressenti une certaine panique. Selon un ami de l'OTAN, il y aurait eu en Europe (au moins) un accident nucléaire en 1992 et deux en 1993. Qui se seraient croisés avec les relents de la Guerre du Golfe et de son célèbre uranium « appauvri » ?

Ma maison du Morvan est au sommet d'une colline légèrement radioactive (à un taux léger facteur de longévité) : à vingt minutes d'Autun, ville proche

d'une extraction de fluorite. Mais le jardin de ma fille à Bruxelles était affecté de la même manière.

En Auvergne, j'ai constaté alors la mort des arbres loin de toute pollution chimique ou électro-magnétique, mais à quelques kilomètres de mines d'uranium. Les Auvergnats conscients disent : « Les pompes de la Terre sont détraquées ».

L'eau seule est-elle en jeu? Ces phénomènes contribuent-ils à la surdose des électro-sensibles? Et au gigantisme (ou nanisme) d'un nombre impressionnant d'individus ?

Paroxysme

Le paroxysme de mes troubles a duré environ huit semaines, en Côte d'Or, de mi-juin à mi-août 1993.

Ma maison devint magnétique. La vie devenait impossible, car pratiquement tout élément de la vie courante était peu ou prou intolérable et cause d'une grande souffrance : je ne pouvais supporter la flamme d'une bougie, l'odeur du butagaz ou du mazout, le son d'une trompette, aucun objet en grès (silice.)

La douleur physique est associée à la conscience d'une sorte d'invasion ou d'aliénation, comme un contrôle de centres vitaux par un « Big Brother » brûlant et omniprésent. Impossible de téléphoner, de travailler à la lumière électrique (puis progressivement à la lumière du gaz ou même de la bougie).

J'en étais arrivée à sentir à distance et à travers les obstacles, entre autres :

- les petites réserves de butagaz dans l'armoire du hall d'entrée, derrière une porte en noyer massif,
- la radio des taxis et autres mobilophones,
- les lignes électriques aériennes (impossible de marcher ou de rouler dessous),
- le téléphone « mains libres » qui semblait pourtant une bonne solution pour rester loin du téléphone, mais qui s'est révélé insupportable, même à distance,
- la structure d'un sommier métallique situé dans le dos, que je « voyais » !
- etc...

...jusqu'au moment où l'on se demande avec calme : que faire encore sur cette Terre ?

La désensibilisation 1993-1994

La survie par l'évitement

En France, en attendant les solutions (amélioration de ma prise de terre et enterrement des lignes par EDF et France-Telecom), j'ai dormi dans le jardin, sur des palettes de livraison en bois, car le tapis de sol en matière plastique était insupportable.

En Belgique, j'ai supprimé toute trace de fils électriques de la chambre à coucher, et même de fils non connectés, car ils peuvent capter l'électrosmog par résonance et l'envoyer par effet d'antenne.

Cette précaution ne suffit toutefois pas à écarter totalement champs magnétiques et ondes hertziennes qui ignorent murs et cloisons.

Depuis lors, je n'ai jamais éprouvé l'envie de rétablir l'électricité dans la chambre. Elle m'est d'ailleurs inutile pour dormir.

J'ai changé de voiture. Mon nouveau véhicule fut « sans options », les conduits électriques tous rassemblés à la droite du passager et le volant libre de toute électricité : il n'y avait ni signal de détresse, ni klaxon.

Harmonisation par les sons

Certains sons (fa, la) joués à la flûte douce et la musique classique rendaient les pièces plus habitables.

Aliments et compléments

J'ai consommé en masse des compléments alimentaires et oligo-éléments. M'ont fait beaucoup de bien notamment :

- l'argile, la silice, le calcium, le magnésium, le cuivre, la terre de Luvos,
- le Kombucha: boisson fermentée à base de thé sucré,
- le Nuoc-mam (de Phu Quoc ou marqué ***), sauce vietnamienne au poisson séché fermenté, riche en phosphore et autres oligo-éléments,
- une surconsommation de boudin (fer) et de fruits de mer (iode),
- les algues (spiruline etc.), le Ginkgo Biloba,
- certaines herbes et épices de bonne qualité (safran, paprika, gingembre, menthe, céleri sauvage,...

Et aussi :

- certains parfums (pomme verte en voiture, lavande la nuit),

– l'authentique savon de Marseille artisanal (potasse?).

Mode de vie et exercices corps-esprit

En été, privée de mes disciplines usuelles dans la maison « chargée », d'autres techniques m'ont aidée : ji qong, réflexologie, points de Knapp delprana.com/categorie,points-de-knapp,4717547.html. Je sentais directement l'effet par le mouvement spontané des os du crâne et le soulagement temporaire des tensions. La vie en plein air (jardinage, cheval, bicyclette,...) était aussi fondamentale.

Dès la rentrée, je repris sans désespérer l'aïkido et le tai ji quan.

Protection

Pendant la période critique, je n'ai pu rouler en voiture et prendre le train que munie d'une plaque en plomb sur le plexus, très efficace ! (diamètre 5 cm, épaisseur 2 mm). Je l'ai encore portée pendant quelques années pour de longues sessions de travail sur ordinateur.

La cire d'abeille dans un chapeau me soulageait la couronne pendant la journée (aéroports) ; le duvet, la nuit (oreiller, capuchon de duvet de camping).

Une canne en cuivre épais me permettait de franchir les portes dont le chambranle est souvent redoutable, du fait de sa richesse (insoupçonnée) en fils électriques.

En voiture, il me fallait, outre la plaque en plomb, une serviette mouillée autour du cou (sorte de mise à

la masse ou de mise en rapport des héli-corps) et de l'extrait végétal (pomme verte, menthe ou céleri sauvage). Je ne pouvais franchir les plus fortes épreuves électro-magnétiques (les routes sont croisées et accompagnées par des lignes en tous genres) qu'en chantant à tue-tête, ce qui se terminait par un sanglot incontrôlable, mais sans perte de conscience ni défaillance. Un observateur m'aurait probablement qualifiée de « délirante ». J'ai parlé de ces sanglots à ma voisine de Côte d'Or. Elle a connu cela aussi. Nos symptômes étaient calqués en tous points.

Maison en Côte d'Or: solution progressive

Les Pollueurs et ma prise de terre

J'ai demandé des contrôles puis des travaux. La prise de terre, bien que conforme aux normes, a révélé son insuffisance (50 Ohms par temps favorable, humide: 100 à 150 Ohms par temps sec). La mise aux normes biologiques (5 Ohms) a requis huit piquets d'un mètre cinquante. Les gouttières ont été mises à la terre (contre l'avis de l'électricien). Les rallonges ont remplacé les « dominos ». La maison est devenue habitable. Par prudence, j'ai toutefois continué à dormir en plein air pendant deux semaines de beau temps.

L'adduction de l'électricité, qui avait fait dépérir mon frêne, fut enterrée quelques semaines plus tard.

EDF a décidé l'année suivante d'accélérer son programme

Les lignes de mon village ont été enterrées au printemps, vingt ans plus tôt que prévu. Hasard ou

coïncidence, je ne sais. Mais j'avais fait beaucoup de remue-ménage ! L'existence de champs magnétiques nocifs continuant alors à être niée par cette institution, les précautions de gainage risquaient d'être insuffisantes. J'ai donc sollicité le maire du village, pour qu'il demande, en mon absence, un contrôle de l'intensité des champs magnétiques décelables en surface et à distance.

La morathérapie

J'ai pu recevoir une séance à Liège en juin 1993 avant de me rendre en France pour juillet-août (je réside principalement à Bruxelles). Effet spectaculaire, mais temporaire. Spectaculaire, car à l'aller, j'avais perdu conscience en doublant ce camion avec mobilo-phone, et au retour, mon état était parfaitement normal. Effet temporaire, car rechute progressive dans les quinze jours.

À Bruxelles, en octobre, j'ai reçu une séance, mais sans l'inversion polaire de certaines longueurs d'ondes à partir du sang : aucun effet.

Le 13 novembre, j'ai subi une troisième séance. Légère amélioration, mais le cou reste spasmodique dans l'électrosmog.

Retour à Bruxelles

J'ai pu faire le voyage retour en voiture le 9 septembre et reprendre une vie quasi normale dans une grande ville. Ma chambre était libre de toute trace d'électricité.

Contrôle

J'ai fait faire un test de cristallisation sensible.
Diagnostic :

- 1) Faiblesse hépatico-biliaire. C'est une vieille connaissance. Je prends alors lycopode 7CH, dont l'effet positif ne sera connu qu'à la fin de la cure en février 1994.
- 2) Dystonie thyroïdienne et neurovégétative, spasmodophilie. C'est un trouble nouveau que j'attribue à mes tribulations électriques.

Novembre 1993 : presque rétablie

Je suis beaucoup moins sensible, mais dois encore renoncer à certains lieux pollués ou objets polluants.

Passer sous certaines lignes électriques me cause des spasmes dans le cou et la tête. Les lignes bivalentes de certains tramways servent non seulement à alimenter le moteur, mais aussi à véhiculer de l'information. Les mobilophones me dérangent. M'exposer trop longtemps à une source de lumière ou de chaleur me fait mal aux oreilles et éventuellement affecte temporairement l'ouïe (comme une descente d'avion). Mes séances d'ordinateur sont limitées. Rester longtemps sous un mauvais éclairage me déséquilibre. Il ne s'agit pas de vertige, dont je suis totalement libre. Ce phénomène me remémore un document de travail de la Commission UE mentionnant la désorientation à 90° sous l'effet de champs électro-magnétiques.

Autre cure fin novembre, début décembre 1993

Je poursuis le traitement homéopathique du Dr. Buys: Lycopode 6CH (1-5), Magnétite 6CH (6 à 10), Kali Phos. 6CH (11 à 15), Magnesia Phos. 6CH (16 à 20).

Je prends en outre, sur demande sensitive du corps:

- Complexe Lehning 26, (Hypericum, traumatismes des nerfs, névrites),
- complexe Lehning 75, (Amanita, phénomènes spasmodiques musculaires),
- Harpagophytum, (arthrose etc.),
- et divers oligo-éléments.

Je me traite en parallèle par la visualisation, une hygiène de vie plus stricte et quelques séances de kinésiologie ou de massage. Je prends toujours du Nuoc-mam et du Kombucha (ce qui me dispense de maints compléments alimentaires).

Fin décembre 1993 : l'épreuve

Bien que parfois sujette à spasmes et douleurs, j'accomplis sans problèmes un voyage en avion, en groupe, sans décalage horaire.

1994-1995 Autres traitements homéopathiques

Conseillé par feu Dr. Michel, Bruxelles :

- Nux Vomica 200K (1, 15, 30, 45)
- Rhododron Chrys. 200 K (5, 20, 35, 50)
- Phosphorus 200K (10, 25, 40, 55)
- Ruta Graveolens 30K (ad 60)

Dès mars 1994, traitement spécifique du système nerveux par organothérapie. Le docteur homéopathe Vandebroë m'a conseillé « Serotoninum », à tester moi-même. Or, ce test est positif chaque fois que je suis exposée à un électrosmog. Ce fut une piste précieuse pour un rétablissement complet. J'ai étudié les comptes-rendus de recherche scientifique, testé les hypothèses en cours de vérification (« résultat dans cinq ans »), et constaté, par exemple, une grande demande pour l'organothérapie reprise dans *E-Remèdes*, également en proportion d'une exposition à l'électrosmog. La demande pour les compléments alimentaires a diminué progressivement.

Avril 1994, jeûne de 11 jours

Avec trois jours avant et après pour entrer et sortir progressivement. Le jeûne est sans effet sur les spasmes occasionnels, mais je suis active et joyeuse en continu, seize heures par jour.

Mai 1994, vérification technique

Un électricien géobiologue vient vérifier mon appartement de Bruxelles. Il confirme que ma chambre est énergétiquement impeccable, que l'électricité pollue mais pas trop, et qu'il y a une influence hertzienne venant de l'environnement. Il commence une enquête pour situer la source.

Juin 1994, à Paris

J'ai rendez-vous pour être examinée par un mé-

decin bio-énergéticien qui transmet son savoir en bio-énergétique. J'ai étudié l'anatomie pour pouvoir suivre ses cours à partir d'octobre 1994.

Depuis lors

Retour progressif à l'état normal, et même meilleur qu'auparavant, puisque je gère de mieux en mieux ma relation avec l'inévitable électrosmog — et que j'aide autrui à faire de même. Selon les amis, je serais même « rajeunie » ! Que cette aventure avec happy end puisse encourager les EHS à retrouver une vie normale. Avec patience et persévérance, cet accident environnemental est réparable.

II — LES « JAMBES LOURDES » DEVIENNENT DES « SACS À EAU »

Symptômes

Jambes enflées au point de distendre les tissus, avec douleur au toucher, surtout sur certains « nœuds ». Au-dessus d'un mi-bas de contention, le genou enfle comme un ballon. Le volume autour des articulations empêche de plier à fond genoux ou chevilles. Chaussures impossible à chausser.

Diagnostics

Par analyse vibratoire (appareil Physioscan)

Les organes sont en ordre, sauf des ombres légères qui signalent une pollution.

Par analyse du sang (laboratoire)

Légère hémolyse (manque de globules rouges). Inversion de la fonction sodium / potassium (qui gouverne la polarité des cellules).

Or, l'effet des champs EM sur la fonction cellulaire sodium/potassium est connue, elle est même enseignée depuis plus de vingt ans en classe de géobiologie. Cette fonction gère notamment les entrées/sorties de l'eau des cellules. L'effet des champs EM est amplifié par certaines émissions dues aux ondes formes. Ce fut un pointeur guidant la recherche — droit au but.

Voir plus loin : Les formes et l'environnement .

Poste de travail informatique, temporairement hors normes

Trois facteurs combinés étaient mal configurés.

- Superbe siège ergonomique suédois « assis à genoux » (modèle « Balans » dont l'ossature est faite d'un bois spiralé d'une seule venue), assez vivant pour réagir aux offenses. Posé à cheval sur une bordure de tapis (effet de faille), entre deux chaises à barreaux (encore pire). Conséquence : énergie dystonique (« Sha » en chinois).
- Les jambes reçoivent sous la table une même influence dystonique venue d'en haut, l'ordinateur étant posé sur un petit tapis de bois structuré (onde de forme) de bonne qualité (offensée).
- Derrière l'écran, une tourmaline chargée polluée (cette pierre étant réputée impolluable).

Conseils reçus de différentes instances

Physiques

Drainage lymphatique (pas fait).

Surélever le pied du lit (jambes surélevées le jour seulement).

Emplâtres d'argile et de chou (fait, jusqu'à nouvelle formule ci-dessous).

Alimentaires (suivis)

Diurétique et détox (Prâna-draine, Origanol etc.)

Supprimer tout laitage industriel sauf yoghourt filtré.

Diète: monodiète pendant trois jours, jeûne à l'eau trois jours, galette de sarrasin et pollen trois jours.

Tisane de gui de chêne.

Amaroli (urinothérapie).

Chlorumagène (draineur efficace, mini-doses).

Le meilleur: un emplâtre spécifique

Il fit fondre l'œdème plus vite que boule de neige au soleil! Cette formule me fut conseillée par un géobiologue d'Autun.

Ingrédients: alun de potassium, bicarbonate de soude et eau (option: urine). En faire une pâte mousseuse appliquée en «botte», jusqu'au moment où, en quelques heures ou peu de jours, les jambes ont retrouvé leur format normal. Entretenir si nécessaire avec un mi-bas imprégné.

La chimie bénéfique

Ce fut l'occasion d'expérimenter le banal alun de potassium comme facile protection en présence d'un ordinateur. Un petit pot de part et d'autre, et après une séance devant l'écran, en prenant les pots en mains, on sent une agréable chair de poule : c'est la poudre blanche qui vous douche et vous rince.

Les formes et l'environnement

Cette aventure conduit aussi à souligner l'influence énergétique des formes : un même siège peut ainsi être favorable ou défavorable en fonction de son environnement (formes et électro-magnétique).

En préparation : un ouvrage consacré à l'influence biologique des formes.

III — POLARITÉ CANCER/ALLERGIE

L'énergie d'un lustre

Je suis appelée chez Donysia, réputée guérie d'un cancer du sein. Elle se sent fatiguée, et parfois « électrique ». J'examine d'abord les lieux.

La chambre n'est pas idéale

La cloison derrière le lit côté tête (non protégée par une tête de lit) envoie du « Sha » sur les dormeurs. Source : un vélo d'entraînement dans un dégagement derrière la cloison.

Remèdes ? Il faut isoler la cloison par une planche côté vélo et une tête de lit (assortie à l'ameublement)

de l'autre. La mise en place d'un tapis, des tables de nuit et d'objets dans l'armoire (en bon bois fruitier) améliore l'ambiance. La lampe de chevet « design » est remplacée par un modèle classique.

Conseil : tambouriner la fenêtre une fois par semaine pour évacuer la radiopollution importée de l'environnement (vitre = silice, cadre de métal = condensateur).

La salle à manger réserve une surprise

L'énergie des quatre commensaux et de leurs sièges, évaluée en termes de « biochamp », est polaire, opposée chez les personnes se faisant face.

Autrement dit, les biochamps de chaque personne et de son siège sont identiques et inverses des biochamps d'en face (personne et siège).

Pourquoi ?

Le regard se pose sur le long luminaire en métal qui surplombe la table oblongue. C'est une barre noire, d'environ un mètre, qui alimente trois ampoules. Comme un aimant, il a un côté plus et un côté moins.

Remèdes ?

L'influence du champ EM et sa polarité sont atténués par l'emploi quotidien d'un spray assainisseur d'atmosphère que l'on trouve en pharmacie. Toutefois, l'antécédent impose la prudence : remplacer le luminaire, qui exigerait une gestion énergétique sans garantir un déparasitage total et permanent, par un

modèle non conducteur, par exemple une vasque ronde en verre soufflé de production artisanale.

L'examen du biochamp personnel de Donysia réserve une plus grande surprise. Le sein droit a un biochamp de type «info cancer²⁰», et le sein gauche un biochamp inverse, de type «info allergie». Les côtés correspondent exactement à la polarisation du lumineaire et des sièges. Donysia est assise au milieu.

Conclusion

C'était le moment d'intervenir pour éviter une rechute.

Le lendemain, une ceinture

Le hasard fait parfois bien les choses.

Promenade dominicale avec une autre amie, Monica. C'est l'occasion de faire la vérification de routine. Au niveau de la ceinture et jusqu'à la gorge, du Sha (mauvaise énergie). Inspiration venue de la veille : vérifier les seins ! L'un, info cancer, l'autre, info allergie. C'est nouveau et... polarisé !

Mon regard se porte sur la ceinture. Une ceinture en toile, mais fantaisie : nombreux clous, deux broches au lieu d'une, quatre rivets au lieu de deux. La ceinture est posée à terre pour examen, fermée comme

²⁰ « Info cancer » ne signifie pas cancer, mais une info cancer prolongée peut créer un terrain propice au cancer, et, si le terrain perdure, la maladie peut y faire son nid.

autour du corps. Surprise : l'intérieur est polarisé (par les broches ?), comme le luminaire de la veille.

Partie la ceinture, partis les infos négatives des seins et de la gorge.

Conclusion

Une ceinture d'été portée de temps à autre est moins influente qu'un luminaire confronté toute l'année trois fois par jour. Toutefois, cette expérience incite à vérifier non seulement les sièges habituels, le métal en bouche, les semelles orthopédiques, la souris d'ordinateur (à gauche ou à droite ?) conjuguée au soutien-gorge à armature, le petit soulier qui passe la nuit au bureau au pied de la tour d'ordinateur, etc., mais aussi les ceintures habituelles. Et là, rien ne remplace la main testeuse !

IV — CARRELAGE RADIACTIF : RÉCIT D'UNE MÉSAVENTURE

Témoignage ET futur problème de santé publique ?

30 juin 2011, communiqué

Je ne peux résister à l'envie (l'intuition ? le ressenti ?) de vous faire part d'une « petite » mésaventure. Je viens de faire faire une terrasse devant ma maison. J'avais acheté le carrelage, choisi avec soin.

J'avais bien insisté sur le problème de l'eau, ayant déjà subi deux inondations. Le mur du sous-sol était encore humide du fait des infiltrations. Toutefois, dès la première pluie, une semaine ou deux plus tard, il s'est formé des mares dans la terrasse. J'avais bien eu l'impres-

sion que la pente n'était pas correcte, j'étais cependant ravie de l'effet esthétique.

Nombreux appels téléphoniques, dont j'ai confirmé la teneur par écrit. J'ai reçu huit jours plus tard l'assurance que l'on pourrait retrouver le même carrelage, et une date pour la pose. C'était aujourd'hui. La pente est parfaite. Ils ont eu le courage de tout casser, car on ne pouvait « monter » la terrasse jusqu'au seuil des portes-fenêtres. Cet après-midi, ils ont commencé à poser le nouveau carrelage: et là, fuite d'énergie! Ce n'est pas le même carrelage. Très proche, mais le ton est différent. Et au lieu d'être lumineux, il est terne et triste. Le patron m'a dit que mon carrelage ne se faisait plus. Je lui ai reproché de ne pas m'avoir laissé le choix des carreaux mais, dit-il, la date avait été fixée!

Donc, dois-je espérer « m'y faire »? ou — idée un peu « tordue » — plutôt racheter du carrelage à mon goût, et payer? L'artisan devrait revenir demain matin pour faire les joints du carrelage!

Le lendemain

À la suite de votre analyse, qui confirmait ce que je pensais avoir ressenti, j'ai téléphoné chez l'artisan. Sa femme s'est montrée très surprise, nous avons discuté assez longtemps, et j'entendais son mari s'énerver. Discussion.

Alors, très décontenancée, j'ai déclaré que j'allais retirer le carrelage moi-même — bien décidée à le faire. Dix minutes plus tard, la femme me rappelle: « Arrêtez tout, on vient ». Lorsqu'elle me voit, son visage exprime la souffrance. Les artisans retireront le carrelage, faire le ragréage et je choisirai un autre carrelage.

Expérience étonnante, j'en suis encore ébranlée! Nuit

*évidemment très perturbée, pour un simple carrelage !
C'était ce «jaune» !*

Carrelage radio-actif?

Je me suis demandé si ce carrelage n'avait pas «bénéficié» de la nouvelle réglementation (en France, en tout cas) permettant d'introduire dans certains matériaux des déchets des centrales nucléaires démantelées.

Ce fut confirmé sensitivement et soumis pour contrôle à un appareil de biofeedback (SCIO, *Scientific Counciousness Interface Operation*,
 [<annuaire-bien-etre.info/quantumbiofeedback/index.php?num_page=2>](http://annuaire-bien-etre.info/quantumbiofeedback/index.php?num_page=2)

V — SOLUTIONS PAR L'ÉNERGÉTIQUE

...et l'imagination créatrice ?

Le philosophe Henri Bergson* nous a familiarisés avec cette notion. La puissance de la pensée, avec conscience d'un «branchement» sur l'énergie cosmo-tellurique, peut parfois réharmoniser un lieu. Toutefois, vérifier ultérieurement que l'embellie est stable, devenue «guérison» en dépit d'une éventuelle influence adverse, chronique ou accidentelle.

Dans un registre parallèle, la robotique nous démontre la fonction «télécommande» du cerveau. C'est ainsi que les mammifères peuvent contrôler un appareil par la seule pensée, si des électrodes sont implantées dans le cerveau — et parfois sans électrodes !

Ainsi, en 2008, Andrew Schwartz*, de l'Université de Pittsburg (Pennsylvanie), a publié un article fon-

dateur qui relate ses expériences avec des singes Rhésus. Il les a conduits à contrôler mentalement, sans aucun contact, une prothèse qui pourrait ressembler à un futur bras humain, utilisable par les personnes dont la moelle épinière est endommagée.

Un château en Allemagne

Ce château est situé près d'une tourbière abandonnée, sous les lignes à très haute tension qui alimentent une mégapole, la ville de Cologne. Ces lignes sont impressionnantes par leur nombre et leur puissance. L'énergie étant mauvaise, le verger était stérile.

Un sculpteur sur pierre réputé, Pogacnik editions-triades.com/marko-pogacnik-art806.html fut appelé pour procéder à une lithopuncture du lieu. Tout le domaine en tira un bienfait, ce que je pus apprécier lors de ma visite, ainsi que les deux personnes sensibles qui m'accompagnaient. Toutefois, c'est le verger qui me sidéra. Plein de vitalité, il baignait dans une ambiance « bonne terre » qui l'enveloppait jusqu'au-dessus des fruits et frondaisons, sous les lignes THT dont l'influence s'arrêtait ainsi à distance respectueuse. D'après les propriétaires, ce résultat avait été acquis après l'intervention d'un groupe de prière, quelques années avant ma visite.

TGV en Morvan

J'apprends que le canton de Liernais déplore une dégradation de la santé publique. Une amie de Liernais et l'épicière de Manlay m'en parlent. Je sens que

les lignes électriques en face du magasin diffusent une mauvaise énergie. Enquête. Je longe ces lignes dans le sens de mes grimaces. Je contourne ainsi une colline et débouche sur une configuration remarquable: chemin de fer pour TGV, grande sous-station de transformateurs EDF pour le TGV, et un peu plus loin, une grande antenne de télévision, implantée sur une faille géologique — qui traverse Liernais. Ah-ah !

L'utilisation en groupe de techniques de reiki jointe à la visualisation de ces ferrailles agressives comme étant l'ossature d'une superbe église ont « enrobé » les pointes et l'antenne, transmuté le rayonnement : et la santé publique a renoué avec les anciennes statistiques de mortalité.

Et autres...

Les mêmes méthodes ont harmonisé quelques autres lieux, et je peux en témoigner pour avoir aussi participé soit à l'action, soit à la vérification.

Par exemple, à Bruxelles, l'énergie émise par une tour de radio-télévision était mise en relation avec le nombre important de divorces à la ronde. Ailleurs, des églises surmontées d'antennes relais (parfois, neuf d'un coup !) étaient mal ressenties par le voisinage.

Les symptômes ont disparu après l'intervention, ce que les intéressés ignoraient. Et l'eussent-ils connue, ils n'y auraient probablement pas accordé grand crédit.

NOTE LIMINAIRE

Ces Annexes n'ont bien entendu aucune ambition de donner un panorama des aspects scientifiques, techniques et sociétaux des phénomènes électromagnétiques. Il s'agit seulement de notes de lecture résultant d'une recherche personnelle pour comprendre, ou au moins situer, dans l'état présent des connaissances, les phénomènes que je rencontrais et sur lesquels j'avais quelque prise, si ténue soit-elle.

LES CHAMPS, LES ONDES ET NOUS

La pollution électromagnétique (EM) dérange les appareillages

Par exemple, on ne doit utiliser un téléphone mobile dans aucun lieu confiné et en particulier, dans les véhicules : voitures, bus, métros, avions, trains, ascenseurs, etc. En effet, la puissance d'émission et de réception, donc des rayonnements, est alors décuplés et, sous certaines conditions, les seuils d'immunité de la Compatibilité Électromagnétique (CE) des appareils peuvent être dépassés et provoquer des bugs sur l'électronique d'asservissement (portes, freins, airbags, alarmes, pilotage etc.). C'est pourquoi l'usage des téléphones cellulaires est généralement interdit dans un avion en vol ou dans un hôpital

La pollution EM en général peut perturber certains appareillages électroniques (ordinateurs, pacemakers, appareils de monitoring et de surveillance des grands malades en milieu hospitalier, systèmes de sécurité d'accès de locaux protégés, etc.).

Et le Vivant ?

Stabulation et haute tension

Depuis plusieurs décennies, en France, en Suisse, en Belgique et ailleurs, des éleveurs d'oiseaux, de lapins, de porcs et de bovins ont remarqué une baisse de vitalité, voire une hausse du taux de mortalité, après la mise en service de lignes à haute ou à moyenne tension à proximité des locaux de stabulation.

La reproduction de l'espèce ?

Une étude américaine montre que des souris exposées aux champs EM pendant trois générations donnent une descendance qui manifeste une tendance aux lymphocytes malins. Ces résultats seraient-ils transposables à l'homme ?

Quels sont donc ces « champs » ? Quelle est leur relation avec notre physiologie ?

Champs électromagnétiques

*Santini**, Notre Santé, 11-12.

Un champ est une zone d'influence. Les champs électromagnétiques (EM), créés en particulier par le courant électrique, font partie, dans le spectre électromagnétique, des Extrêmement Basses Fréquences

(EBF ou ELF). Ces EBF sont des fréquences de 0,1 à 300 Hertz (ou oscillations par seconde) et ont des longueurs d'onde très grandes : par exemple, pour le courant électrique, dont la fréquence d'oscillation est de 50 par seconde, la longueur d'onde est de 6000 km.

Une onde électromagnétique est constituée de l'association d'un champ électrique et d'un champ magnétique qui sont perpendiculaires entre eux et avec la direction de propagation. Elle est caractérisée par sa fréquence (F) exprimée en Hertz (Hz) et sa longueur d'onde (λ , lambda). La longueur d'onde est égale à c / F , où « c » représente la vitesse de la lumière dans le vide. Le champ électrique et le champ magnétique peuvent agir indépendamment l'un de l'autre sur les organismes vivants.

Notre cerveau est magnétique, l'ADN est conducteur

En 1992, le professeur Joseph Kirschvink* (California Institute of Technology — CALTECH) a mis en évidence la présence de microcristaux de magnétite (aimants) dans les cellules du cerveau (cinq millions de microcristaux par gramme).

Ces cristaux n'avaient pas été décelés plus tôt par ceux qui utilisaient un scalpel métallique. Kirschvink eut l'idée d'utiliser un autre outil.

Or, un aimant placé dans un champ magnétique alternatif se met à vibrer au rythme de ce champ. On comprend que cette vibration intrusive puisse irriter une cellule nerveuse et, à court ou à long terme, induire des perturbations physiologiques notables.

En mars 1993, dans ce même institut, un groupe de chimistes a montré que les molécules d'ADN conduisent le courant.

On considère actuellement que le cerveau est une véritable centrale d'énergie électrique, chaque neurone jouant le rôle de générateur. Tout dysfonctionnement du réseau électrique du cerveau provoque des maladies très invalidantes. En France, 1,5 millions de personnes souffrent ainsi d'affection neurologique. Épilepsie, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, sclérose en plaques, sclérose latérale amyotrophique ou maladie de Charcot.

Systèmes vivants, systèmes ouverts

Danze et alia, 1998, (35-37)*

Sous les titres : *L'incidence des champs 50/60 Hz sur la santé humaine et animale. Les mécanismes de la vie et les champs électromagnétiques, nous lisons (Adey*) :*

Il faut savoir que la biologie moderne considère que les systèmes vivants sont des systèmes ouverts, c'est-à-dire qu'ils prennent dans le milieu environnant, proche ou lointain, des informations rythmiques régissant leur milieu interne. En d'autres termes, les êtres vivants peuvent être considérés globalement comme un ensemble de processus électriques en interaction avec des mécanismes biochimiques.

Deux prix Nobel de chimie

Dès 1955 Erwin Schrödinger* expliquait dans *What is Life?* que certaines ondes électromagnétiques, na-

turelles ou artificielles, présentes dans la biosphère, peuvent influencer les mécanismes profonds de la vie. La découverte des « structures dissipatives » par Ilya Prigogine aide à comprendre dans quelle mesure ces ondes électromagnétiques sont capables de régir les mécanismes de la vie : et, par l'ADN de structurer les êtres vivants.

L'Association Internationale de Radioprotection

Dans un rapport officiel de l'Association Internationale de Radioprotection, on peut lire une citation du professeur M. Grandolfo (Italie), dont voici un extrait :

Dans tous les organismes vivants, il existe des champs électriques et des courants endogènes qui jouent un rôle dans les mécanismes complexes de contrôles physiologiques, telle l'activité neuromusculaire, les sécrétions glandulaires, les fonctions des membranes cellulaires, le développement, la croissance et la réparation des tissus.

Il n'est pas surprenant que, suite au rôle exercé par les champs et les courants électriques dans tant de processus physiologiques de base, des questions soient posées quant à des effets possibles de champs artificiels sur les systèmes biologiques.

Une synthèse de ces études (*Électromagnétisme et santé*) a été diffusée en Belgique par le Centre d'Études et de Formation en Écologie (CEFE), etopia.be.

Effets spécifiques de certains types de champs

Les champs statiques

Les champs statiques sont des champs électriques

qui résultent essentiellement de l'accumulation de charges (positives ou négatives) sur des éléments isolés de la terre. Dans certaines conditions, elles atteignent des tensions électriques de plusieurs milliers de Volts et peuvent engendrer localement des champs électriques qui se mesurent en centaines de Volts par mètre. De tels champs ont une influence sur le système nerveux, donc sur l'ensemble de l'organisme — cela se remarque par temps d'orage.

Les champs statiques peuvent provoquer une ionisation de l'air, en libérant des particules électrisées (ions). Certains ions sont bénéfiques, d'autres, malsains, peuvent se déposer sur notre corps et le porter à un potentiel électrique élevé.

On les supprime par une mise à la terre, de préférence distincte.

Les courants induits

Des champs magnétiques variables sont engendrés par le courant alternatif (50 Hz). Ces champs, du fait de leur oscillation, peuvent générer dans des matériaux conducteurs des courants électriques : les courants induits. Une installation ou un appareil qui « rayonne » fortement peut créer des courants électriques à l'intérieur de l'organisme, très bon conducteur de l'électricité ! Ces courants sont très faibles, mais justement, les courants très faibles jouent un rôle capital dans la physiologie de certaines cellules. Ces courants extérieurs sont donc capables de modifier des mécanismes biologiques importants.

Les champs à moyenne fréquence

Ces champs sont créés par des appareils qui, par leur fonctionnement, impliquent des variations rapides de l'intensité ou de la tension électrique : moteurs, systèmes vibrants, chaudières, dispositifs électroniques divers. Souvent, ils engendrent aussi des harmoniques : c'est-à-dire des fluctuations dont la fréquence est un multiple entier de ce rythme de base, par exemple 20, 300, 400 Hertz...

L'existence de ces champs à moyenne fréquence est facilement décelée : ils se manifestent par des parasites sur un appareil radio non relié à une antenne extérieure et réglé sur les grandes ondes ou les ondes moyennes.

Les inconvénients pour la santé sont ceux des champs variables (intensité plus faible mais fréquence plus élevée). Ces moyennes fréquences affectent le système nerveux.

Les interactions entre champs électromagnétiques et mécanismes de la vie sont donc évidentes. La résonance électromagnétique met en jeu des énergies ultrafines, comme en matière de radiophonie. Or, nos cellules fonctionnent selon les mêmes schémas qu'un récepteur radio.

L'information publique

Information, désinformation ?

Dans une ancienne brochure syndicale belge, on lit : « ...le travail sur écran n'est pas néfaste pour les femmes enceintes. Pas un seul cas... ».

Cette affirmation est contredite non seulement par les études mentionnées plus haut, mais par l'expérience de nombreux thérapeutes et géobiologues. Ainsi, j'ai connu à moi seule plusieurs cas de fausses couches, suivies de grossesses heureuses lorsque le problème a été résolu.

Plus actuel : je lis dans un prospectus diffusé par Orange en juillet 2011, *Mon mobile et ma Santé*, de septembre 2010 :

Ministère de la Santé et des Sports, Secrétariat d'État à l'Écologie et Secrétariat d'État au développement de l'Économie Numérique. Aucune preuve scientifique ne permet de démontrer aujourd'hui que l'utilisation des téléphones mobiles présente un risque pour la santé. Néanmoins, des interrogations subsistent sur d'éventuels effets à long terme.

Organisation Mondiale de la Santé (OMS) :

L'usage du téléphone portable est généralisé... À ce jour, aucun lien n'a été établi entre l'utilisation du téléphone portable et d'éventuels effets néfastes sur la santé.

L'action des champs EM est graduellement reconnue.

Ainsi, aux USA, selon Adey* de la Commission Nationale Américaine de Protection contre les Radiations, l'exposition aux champs électromagnétiques artificiels est une forme de stress oxydatif, c'est-à-dire un facteur de vieillissement prématuré de l'organisme.

En octobre 2009, le dernier rapport de l'Autorité

française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail (AFSSET) sur les effets des radiofréquences sur la santé apporte une première reconnaissance des symptômes de l'électro-hypersensibilité. L'AFSSET recommande le développement et l'évaluation d'un outil de diagnostic clinique de l'hypersensibilité électromagnétique, la définition des modalités d'une prise en charge globale des sujets hypersensibles, l'organisation d'un suivi des patients et si possible, d'une centralisation de ce suivi, le développement de l'information et de la formation des professionnels de santé, ainsi que le développement de travaux de recherche présentant des protocoles cliniques et d'exposition rigoureux. »

Début 2011, le Conseil de l'Europe a voté une résolution sur les risques liés aux rayonnements électromagnétiques. Dans ses recommandations, on trouve celle-ci :

Porter une attention particulière aux personnes « électrosensibles » atteintes du syndrome d'intolérance aux champs électromagnétiques et prendre des mesures spéciales pour les protéger, en créant par exemple des « zones blanches » non couvertes par les réseaux sans fil.

Nous verrons dans l'Annexe VII que, le 31 mai 2011, l'OMS a reconnu que l'utilisation des téléphones portables doit être considérée comme « possiblement cancérigène » pour l'homme — question connexe à celle de la dangerosité des ondes électromagnétiques.

En Belgique, le 20 juillet 2011, une proposition de

résolution à la chambre des représentants, visant à faire reconnaître les patients atteints d'électro-hypersensibilité, a été déposée par Thérèse Snoy et consorts, www.laChambre.be.

Ce qui compte ne semble pas tellement le type d'émission que l'ensemble des champs émis, autrement dit le « brouillard électro-magnétique » dans lequel nous vivons, le nombre et la proximité des sources, le temps d'exposition...

Certains symptômes sont évoqués : rougeurs, picotements, sensations de brûlure, fatigue, lassitude, difficultés de concentration, étourdissements, nausées, palpitations, troubles digestifs, céphalées et vertiges.

La proposition vise notamment à « imposer dans les lieux publics, des zones exemptes de réseaux WiFi, Wimax et DECT où l'usage du téléphone portable serait interdit, ceci pour protéger les personnes électro-hypersensibles et leur donner accès aux services publics, sociaux et de santé. »

Ces informations sont progressivement relayées par des périodiques à large diffusion.

Par exemple, le numéro 74 de la revue *Nexus* déjà mentionné (juin 2011, *EHS : des solutions émergent*) publie sous la rubrique *Santé* deux articles très pertinents et détaillés (dix pages) de Maxence Layet*, journaliste scientifique auteur de nombreux ouvrages, articles et documentaires qui touchent à notre thème (énergie, santé, technologie de l'information, environnement électromagnétique).

Électrohypersensibilité, syndrome neurologique

L'hypersensibilité électromagnétique est un syndrome neurologique et non un phénomène psychique : c'est désormais démontré par une étude scientifique américaine validée et une expérience de terrain en France.

EHS: une étude scientifique

Les résultats sont accessibles via internet. Voir :

http://next-up.org/NewsOfTheWorld/Database_CEM_EMF.php#1du%2025-8-11

next-up.org/pdf/NCBI_Pub_Med_Hyper_sensibilite_electromagnetique_Les_nouvelles_preuves_scientifiques_du_Syndrome_Neurologique_28_07_2011.pdf

« Somatique » signifie « qui concerne le corps », par opposition au « psychique ». C'est une réaction purement organique, en provenance de causes et d'effets physiques. Transposé dans le cas de la présente étude scientifique validée, c'est une perception des stimuli externes (les irradiations des CEM artificiels) via des récepteurs spécifiques, notamment ceux du système nerveux somatique.

Le système nerveux somatique (dit périphérique) est constitué :

- de fibres afférentes, recevant des informations de l'extérieur,
- de fibres efférentes, responsables d'effets indésirables, dont des contractions musculaires, etc...

Afin de démontrer l'inanité des théories négationnistes, il a été installé bien en vue, à l'EHS Zone Re-

fuge de France, un site d'antennes relais non activé afin de prouver que les EHS présents pour un ressourcement ne sont affectés par aucune perturbation psychosomatique (relation de l'esprit au corps) et supportent sans aucun problème la présence visible d'antennes relais.

Hypersensibilité électromagnétique: Les nouvelles preuves scientifiques du Syndrome Neurologique. Résumé:

McCarty DE, Carrubba S, Chesson AL, Frilot C, Gonzalez-Toledo E, AA-Marino. Department of Neurology, LSU Health Sciences Center, Shreveport, Louisiane, USA.

Objectif:

Nous avons cherché des preuves directes que la résistance à l'exposition aiguë à un environnement de champs électromagnétiques pourrait induire des réactions somatiques par rapport à l'hypersensibilité aux CEM.

Méthode:

Le sujet, une femme médecin auto-diagnostiquée avec une hypersensibilité aux CEM, a été exposée à un champ électrique en moyenne de 300 V/m de 60 Hz (comparable à l'environnement typique d'une résistance aux CEM) lors de l'étude scientifique de provocation contrôlée et de l'étude comportementale.

Résultats:

Dans une procédure de provocation de CEM en double aveugle et spécialement conçue pour minimiser involontairement les signaux sensoriels, le sujet a développé des douleurs temporelles, des céphalées, des spasmes de contractions musculaires, et a eu une forte augmentation de son rythme cardiaque à plus de 100 après le dé-

but de l'exposition aux CEM ($P < 0,05$). Les symptômes ont été causés principalement lors des transitions physiques (off-on et on-off) plutôt que la présence du champ électromagnétique, évalué en comparant la fréquence et la gravité des effets des champs EM pulsés et continus par rapport à une exposition fictive. Le sujet n'avait aucune perception consciente du champ à en juger par son incapacité à signaler sa présence plus souvent que dans le contrôle simulé.

Discussion

Le sujet a démontré statistiquement la fiabilité de ses réactions somatiques en réponse à l'exposition aux CEM subliminaux dans des conditions qui raisonnablement excluent un rôle causal des processus psychologiques.

Conclusion

L'hypersensibilité aux CEM peut se produire dans un authentique environnement de champs électromagnétiques et induire un syndrome neurologique.

Électrohypersensibles

Nexus, n° 74, 50-56.*

Avec la multiplication des sources de rayonnement micro-onde (voir les données de l'ANFR²¹ <<http://www.anfr.fr/>>), le nombre des électro-hypersensibles augmente sans cesse. Les mesures de prévention, le diagnostic et les traitements progressent pendant que des zones

²¹ Les fréquences radioélectriques appartiennent au domaine public de l'État. Celui-ci a confié à l'Agence nationale des Fréquences des missions de planification, de gestion de l'implantation des émetteurs, de contrôle et enfin de délivrance de certaines autorisations et certificats radio.

blanches, à l'abri des pollutions électromagnétiques, accueillent les premiers réfugiés des ondes.

Parmi les symptômes énumérés, retenons: raideur de la nuque, acouphènes, troubles de la mémoire immédiate, insomnies, sensation d'oppression thoracique. Il est possible d'établir la réalité physique des syndromes. Une première voie est le bilan sanguin (changement de débit), voie suivie par l'ARTAC et depuis octobre 2010 par le CHU de Nantes. Une autre voie est celle des tests électromagnétiques à l'aide de différents appareils telle la caméra Korotkov arsitra.org/yacs/files/article/482/GDVjfr.pdf et le test des points d'électro-acupuncture dans la paume de la main (correspondant à cinq méridiens), voie suivie, selon la technique du Dr Voll, par Jean-Claude Noël, kinésithérapeute et ostéopathe. « Ce n'est ni émotionnel ni psychologique, c'est bien neurologique. Nous sommes au niveau du corps, de la matière. » Il poursuit: « Il est possible d'effacer les mémoires toxiques cellulaires, soit par des signaux électromagnétiques (système MORA), soit par isothérapie ».

L'arsenal des « protections » est recensé dans l'article, avec un bilan mitigé. Un médaillon pour EHS, apportant les fréquences (information) magnésium et potassium, est en cours de test. Une ceinture spéciale, mise au point par le spécialiste Roland Wehrlen à la demande de l'armée, semble être championne. Le principe est l'opposition de phase, (déphasage à 180°), qui « retourne » les ondes, comme en isothérapie. Cette ceinture serait à porter en cas de forte exposition (travail sur ordinateur ou téléphone sans fil, voyage en TGV etc.).

Toutefois, l'ensemble des mesures appropriées (dépistage, traitement et protection) demande un budget important. L'article suivant présente de voies plus autonomes.

L'article se termine sur une perspective d'avenir de Michèle Rivasi, députée de l'Union européenne : « Pourquoi, alors que nos villages sont confrontés au dépeuplement et à la désertification rurale, ne pas faciliter l'installation des personnes électrosensibles dans des hameaux que l'on sait situés en zones blanches ? ».

Le village de Soubey, dans le Jura suisse, ouvre la marche.

*Conseils du Dr Gérard Dieuzaide**

Leitmotiv : « Les EHS doivent impérativement modifier leur environnement et apprendre à s'auto-diagnostiquer. » Les tests et parades proposés par l'auteur ont été présentés dans les chapitres *Tester à main nue* et *E-Remèdes*. (*Nexus* n° 74*, 57-59).

La médecine

L'électrosmog en développement constant affecte un nombre croissant de personnes, au point que certains d'entre elles, devenues électro-hypersensibles, doivent se réfugier dans des grottes.

La réponse de la médecine actuelle, non avertie, se borne en général à un examen neuropsychiatrique suivi de prescription de neuroleptiques (*Solian* par exemple, dérivé d'un anesthésiant spécifique). Ce traitement palliatif, symptomatique, ne guérit rien.

Nous avons vu que l'ARTAC a engagé une action de formation, début d'une spécialisation en médecine de l'environnement.

DONNÉES TECHNIQUES ET HISTORIQUES

I — Les Normes

Les normes sont nombreuses, de source majoritairement industrielle — axée sur la sécurité — et fluctuantes.

Par exemple, pour la téléphonie mobile, voir *Les Normes* dans l'annexe VII.

Je ne me lancerai donc pas dans l'aventure d'une normologie bricolée. Je transmets quelques indications d'intérêt parfois historique. Pour une information authentique et actualisée, voir les références en tête de l'annexe II: *Installation électrique saine (électrobiologique)* et en fin d'ouvrage.

Champs EM, la Suède pionnière

En Suède, les choses ont très tôt été prises très au sérieux. Concernant les effets des champs électromagnétiques 50 Hz, l'Institut National de Médecine du Travail a publié, en septembre 1992, en anglais et en suédois, deux études épidémiologiques très importantes, l'une portant sur le personnel employé dans le domaine électrique 50 Hz (employés de centrales électriques, électriciens de chantiers, réparateurs de lignes, ingénieurs électriciens, fondeurs d'aciéries etc.) et conduite par Birgitta Floderus²², de l'Institut Karolinska [<ki.se/>](http://ki.se/), l'une des plus grandes et meilleures universités médicales en Europe (ou au

²² Department of Clinical Neuroscience (Insurance Medicine), Karolinska Institute.

monde?), dont sont habituellement issus les membres du jury pour l'octroi des prix Nobel.

L'autre enquête, qui portait sur les personnes résidant dans des habitations et des appartements proches des lignes à haute tension, était conduite par M. Freychting et A. Ahlbom, professeurs au même Institut Karolinska.

Ces deux publications indiquent qu'à partir d'un seuil d'exposition à $0,2 \mu\text{T}$ ($=2 \text{ mG}$), les risques de contracter une leucémie ou un cancer du cerveau sont trois fois plus importants qu'en moyenne, et qu'à partir d'une exposition de $0,3 \mu\text{T}$ ($=3 \text{ mG}$), les risques sont quatre fois plus importants.

Ces travaux ont servi de référence aux mesures de protection prises en Suède, tant dans l'industrie que par les pouvoirs publics.

Dès novembre 1993, la commune de Solna (dont dépend l'Institut National Suédois de Médecine du travail d'où est issue la publication de Brigita Floderus) a exigé que la société d'électricité Stockholm Énergie, réduise fortement d'ici 1996 les champs électriques émis par les lignes à haute tension — des distances minimales de 75 mètres entre lignes à haute tension et habitations étant envisagées.

De nombreuses recherches ont été entreprises dans les instituts technologiques pour produire des appareils électroménagers et de bureautique n'émettant plus de champs magnétiques 50/60 Hz.

Le syndicat Union des Travailleurs Suédois a exigé

en décembre 1993 des mesures de protection pour que les travailleurs ne soient plus exposés à des valeurs moyennes de champs magnétiques de plus de 2 mG (200 μ T) au cours d'une journée de 8 heures.

Les ordinateurs

Normes suédoises

Les normes suédoises édictées en 1990 par le Bureau Suédois des Tests et Mesures concernent les champs d'induction électromagnétiques émis par un ordinateur au poste de travail.

Des normes élaborées sur la base de travaux de l'Institut pour la protection des travailleurs salariés ont été promulguées par le gouvernement suédois en 1992. Elles ont inspiré de nombreux constructeurs et les usagers apprécient le confort des appareils à faible rayonnement.

En France, un décret-loi concernant les ordinateurs, paru au *Journal officiel* le 16 mai 1991, précise en son Art. 1311 :

Toutes radiations, à l'exception de la partie visible du spectre électro-magnétique, doivent être réduites à des niveaux négligeables du point de vue de la protection de la sécurité et de la santé des travailleurs.

En Belgique, les normes suédoises sont recommandées (mais non obligatoires) depuis le 1^{er} janvier 1993 pour les entreprises de 50 employés ou plus.

Constat : depuis lors ...

Les ordinateurs sont améliorés depuis l'applica-

tion des normes suédoises de 1990. Les équipements informatiques respectant les normes suédoises) sont mieux tolérés par l'organisme, et notamment par les organes de reproduction et les bébés en gestation.

II – Installation électrique saine (électrobiologique)

La pratique: voir aussi « études de cas »

On trouve dans les cas vécus de nombreuses réflexions et solutions pratiques.

Il y existe d'autres auteurs, sociétés, réseaux et électriciens capables de garantir une électricité biocompatible. Ils ne peuvent être recensés dans cet ouvrage — qui est un simple témoignage et non un annuaire ni un manuel — mais toute bonne adresse «vécue» peut être signalée pour la prochaine édition.

Quelques références:

- Danze*, Le Ruz, Santini, Bousquet, Mercier, *Pourquoi et comment mesurer les champs électriques et magnétiques*, Ed. Encre 1998.
- L'ouvrage classique de Claude Bossard*, *Guide pratique au service d'une électricité biocompatible minimisant les pollutions électromagnétiques* a été réédité en 2011. Thèmes:., installations électriques domestiques, fours à micro-ondes, écrans d'ordinateur, WiFi, téléphones portables, transformateurs, lignes à haute tension. On peut contacter l'auteur via son site www.electromagnetique.com.
- Le site aiguille vers le [réseau Alterelec](#). Ce réseau

regroupe des électriciens qui mettent en pratique les principes de l'électricité biocompatible et/ou privilégient les énergies renouvelables ou les économies d'énergie.

- Bio-Espace-Saverne (F-67700), Centre d'études et Cabinet d'architecture en Biologie de l'Habitat. 03 88 02 04 04. [<wwwbio-espace.com/>](http://www.bio-espace.com/).
- Voir Florian*.
[<http://www.lemarchecitoyen.net/>](http://www.lemarchecitoyen.net/)
- La société SEIC (Genève), dirigée par Jacques Surbeck, est à l'origine du système de protection EMF-Bioshield ® contre les Radiations. [<emf-bioshield.com/>](http://emf-bioshield.com/) [<emf-bioshield.com/publicationsfr.html>](http://emf-bioshield.com/publicationsfr.html)
- On trouve dans electrosmogprotec.com/electrosmog.htm un *Tableau des pollutions électromagnétiques* et un *Annuaire de techniciens spécialisés*
- Voir aussi : etudesetvie.be ; cereb.be (se spécialise en électropollution).

L'installation électrique en général

Le branchement électrique d'une maison individuelle est constitué de différents éléments :

- un système de raccordement,
- le compteur,
- éventuellement, le relais-récepteur de télécommande ou l'horloge : attention au compteur intelligent dont on parle actuellement, qui transférera les informations à EDF en HF de 2,4 Ghz,
- le coffret de distribution,

- les disjoncteurs de branchement (différentiels et fusibles ou disjoncteurs),
- les canalisations de liaison entre le matériel installé : éclairage, machines etc.

L'installation doit être conçue pour minimiser la pollution électrique et magnétique :

- les champs électriques sont dus aux fils sous tension (230 V, potentiel électrique).
- les champs magnétiques sont dus au passage du courant dans les fils (intensité, ampérage).

L'installation doit minimiser les champs induits,

- détectés au ressenti (et détectable par l'électricien avec un mesureur de champs électrique et magnétique et avec un voltmètre)
- et les éviter totalement dans les lieux de séjour : repos, travail, repas.

La prise de terre et sa résistance ohmique (le rein de la maison) est chargée d'évacuer la pollution électrique et les pertes de courant. La qualité de la prise de terre se mesure à sa valeur de résistance, qui sera comprise entre 5 et 10 Ohms (optimum 5 Ohms, tolérance 10 Ohms).

Si sa valeur est trop élevée, il est possible d'ajouter des piquets de terre. Ils seront de préférence placés au nord (tolérance : ouest) et en zone neutre, hors des courants vagabonds (mesure d'électricien) et de toutes « singularités » géopathogènes détectées sensitivement : faille, courant d'eau, croisement de réseau cosmo-tellurique tel Hartmann ou Curry ou autre discontinuité.

Toutes les canalisations électriques (câbles et conduits) seront munies d'un fil conducteur de terre (sécurité, évacuation des pertes de courants et neutralisation des champs électriques).

L'installation en 230 V comporte normalement des circuits séparés pour les prises de courant et pour l'éclairage. Il peut y avoir un troisième circuit en basse tension (9 V, 12 V, 24 V) pour les ordinateurs, la télésurveillance, la téléphonie, la sonorisation, la domotique (circuit de commande « on/off », par exemple domestia.be/) etc.

Le circuit pour les prises de courant comporte trois conducteurs :

- un conducteur de phase,
- un conducteur phase ou neutre,
- un conducteur terre.

Le circuit pour les lampes devrait également comporter un conducteur terre, afin de minimiser le champ induit, bien que cela ne se pratique pas couramment.

Donc, chaque circuit, qu'il alimente les prises de courant ou l'éclairage, sera composé de 3 fils, dont un fil de terre (isolant de couleur jaune-vert).

Pour les circuits de téléphonie, liaison internet (bas débit ou ADSL), on préférera le câble FTP avec blindage et mise à la terre. Le trajet des circuits de distribution sera minimisé et réparti sous forme d'épi et non en boucle dans la pièce.

Pour faciliter toute intervention ultérieure, un

dossier est tenu sur place. Il indique la répartition et l'implantation des circuits avec leurs caractéristiques principales.

Les données essentielles sont résumées ci-après. Se reporter aux sources citées pour compléments, détails et mise à jour.

Le circuit électrique

Arrivée du câble

Si le compteur n'est pas attendant à l'habitation, l'arrivée doit s'effectuer par câble enterré. L'entrée se fait en soubassement, si possible côté Nord ou Ouest, près du tableau de répartition.

Tableau électrique (tableau de répartition)

Il est préférable d'utiliser un coffret métallique, au moins la porte (protection contre le rayonnement des champs électromagnétiques et mise à la terre .

Il est si possible situé :

- dans un local de service côté nord,
- assez près du centre du local et
- hors toute zone singulière (comme la prise de terre, voir ci-dessus)

Son emplacement doit être d'accès direct avec mise à la terre (boîtier, rails et porte).

Éléments du tableau

Le tableau comporte au moins les éléments suivants, pour la répartition et la protection de l'installation :

Disjoncteurs différentiels à haute sensibilité (10 mA, 30 mA à 300 mA).

Ce disjoncteur protège l'installation. Il détecte les pertes de courant, car il mesure la différence entre le courant qui entre (par le fil de phase) et celui qui sort. Si cette différence est supérieure à la valeur indiquée sur l'appareil, il va déclencher directement en coupant tous les circuits qu'il protège et en évitant ainsi le risque d'électrocution et réduit les dangers d'incendie. Le disjoncteur différentiel procure une sécurité accrue, minimise les risques d'électrocution et réduit les dangers d'incendie. Il réduit même la pollution électromagnétique, dans la mesure où il empêche le fonctionnement d'appareils présentant des fuites de courant. Il sera choisi bipolaire ou tétrapolaire, en fonction du nombre de fils du circuit à protéger.

Les fusibles ou disjoncteurs automatiques

Ils sont chargés de protéger chaque circuit contre les surcharges ou les courts-circuits. Leur valeur est choisie en fonction de la puissance des appareils installés : donc en fonction de l'intensité du courant qui circulera dans le fil et qui déterminera la section du fil. Exemple : pour les circuits d'éclairage, la section minimum du fil est de $1,5 \text{ mm}^2$, la valeur du fusible sera de 10 A.

Le bornier de terre

Il reprend :

- les fils de terre ou de protection et les fils des liaisons équipotentielles de toute l'installation,

– et le retour, avec la sortie des nuisances vers l'indispensable prise de terre (5 Ohms, < 10).

Les piquets de terre sont si possible au nord (tolérance: ouest). Ils évitent les champs errants (mesure d'électricien) et (au ressenti) les zones singulières (voir plus haut).

Câbles blindés

Référence: (matériaux écologiques) www.kenzai.fr/.

Un câble blindé (par exemple VMVB) restreint le champ magnétique, il met pour ainsi dire en cage diverses émissions: radar, radio et télévision, radio-téléphone, WiFi, etc.

Ils ne sont toutefois pas conseillés dans tous les cas de figure, car ils mettent aussi en cage les champs induits importés de l'extérieur, par exemple via les fenêtres à double vitrage dont le cadre métallique fait office de condensateur.

Ballast électronique (« déscintillateur ») pour tubes fluorescents

Le ballast électronique augmente la fréquence des tubes fluorescents à 20 000 Hz ou plus (40 000 Hz). Ce « scintillement » accéléré de la lumière émise n'est plus perçu par la rétine. Outre un certain avantage d'ordre économique (consommation de courant réduite), ce dispositif présente un double intérêt biologique: diminution du stress du au scintillement (fatigue visuelle) et forte réduction des champs électromagnétiques.

Ces descintillateurs sont admis pour les laboratoires médicaux et de recherche.

Il est efficace de combiner descintillateur et tubes fluorescents de type *True Lite*, dont la plage de couleurs est plus proche de la lumière naturelle.

III — Les pollutions électriques, les limites conseillées en basses fréquences

Comment définir le seuil de sensibilité ?

Pour l'influence biologique des ELF (Extremely Low Frequencies), appliquer le principe de précaution «ALARA» (aussi bas qu'il soit raisonnablement possible de le faire) en tenant compte des facteurs économiques et sociaux.

FRÉQUENCES	CHAMPS ÉLECTRIQUES	CHAMPS MAGNÉTIQUES	DENSITÉ DE PUISSANCE
50 Hz	5 V/m	2,5 mGauss	Zone de repos huit heures / jour : 0,5 mg
De 50 Hz à 2 kHz	1 V/m	2 mGauss	Devant un écran de visualisation ou en De 2 kHz à 400 kHz

Unités de champ magnétique :

1 T (Tesla) = 10000 G (Gauss) = 80000 A/m

0,1 μ T = 1 mG = 0,8 A/m

1 μ T = 10 mG = 8 A/m

***Un bon exemple : une commune française passe
au 0,6 V/M***

Le conseil municipal de Varades (Loire Atlantique) a voté à l'unanimité le 6 septembre 2011 la fixation de la Valeur Limite d'Exposition (VLE) à 0,6 V/m sur le territoire de la commune.

Le maire, Dominique Tremblay, et le conseil municipal, conscients de la nécessité de protection de la Santé Publique, ont décidé de se conformer aux prescriptions exprimées par la Résolution du Conseil de l'Europe publiée en Mai 2011. Cette décision comporte la mise en œuvre de moyens autonomes de mesures pour les contrôles.

Un dispositif de relevés contradictoires sur le modèle de la formule appliquée par le COMOP, comité opérationnel dans le cadre de l'État, peut aussi être envisagé.

L'association nationale *Robin des Toits*, en coordination avec la commune, prêtera assistance pour l'organisation des dispositions concrètes à prendre pour l'application de la décision.

Une autre commune décide d'un moratoire à l'installation de nouvelles antennes relais de téléphonie mobile sur son territoire. Madame Dominique Voynet, maire de la ville de Montreuil, par courrier du 2 août 2011, informe les opérateurs de la décision de la ville, au nom du principe de précaution, d'opposer « un refus systématique à toute demande d'autorisation d'installation d'une nouvelle antenne relais de télé-

phonie mobile... et de surseoir immédiatement à toute installation ou modification sur le parc déjà existant ».

Ces décisions ne sont pas isolées

Elles s'ajoutent à celles (liste non exhaustive) de plusieurs villes et communes : Pantin, Niergues, Bordeaux, Hérouville-Saint-Clair, Wattrelos.

Toutefois

Il se dessine en France une tendance à dessaisir les maires de leurs prérogatives en la matière. Voici une récapitulation par *Robin des Toits* (à diffuser largement auprès des élus !) de ce que peuvent encore faire les maires après un arrêt du Conseil d'État en date du 26 octobre 2011.

Affaire à suivre.

À transmettre à tous les Maires et les Élu(e)s français sans restriction.

Le Conseil d'État a rendu une décision le 26 octobre 2011 visant à limiter le pouvoir des maires dans l'implantation d'antennes-relais.

Le pouvoir de réglementation générale sur l'implantation des antennes leur est retiré au bénéfice de l'ANFR (Agence Nationale des Fréquences) chargée de contrôler l'utilisation des fréquences.

« Robin des Toits » a fait effectuer une analyse juridique pour aider les maires et élus locaux à définir ce qu'ils peuvent encore faire pour appliquer le principe de précaution en matière d'exposition aux ondes électromagnétiques issues de la téléphonie mobile.

Voici ce qu'on peut tirer « positivement » de cette décision du Conseil d'État :

Le pouvoir des Maires reste considérable.

Les maires peuvent toujours refuser un permis de construire ou s'opposer à une déclaration de travaux. Leur pouvoir d'urbanisme n'est pas atteint : le Conseil d'État reconnaît que le principe de précaution s'applique à toutes les décisions publiques.

Les maires peuvent donc refuser un permis de construire au nom du principe de précaution.

Dans les faits, même la voie réglementaire reste ouverte aux maires, seulement « dans des cas exceptionnels » — laissés à l'appréciation du maire, ce qui laisse donc de la marge...

Les maires peuvent prendre attache avec l'ANFR pour voir comment elle compte prendre en charge cette mission de protection sanitaire, puisqu'elle en est officiellement investie.

Nota : l'ANFR ne dépend pas du ministère de la Santé et n'a aucune compétence dans le domaine sanitaire.

Il est TRÈS IMPORTANT de noter que le Conseil d'État admet que dans la réglementation sur les antennes, il faut protéger la population.

N'excluant pas l'hypothèse que la réglementation actuelle soit obsolète, puisqu'il écrit : « à supposer même que les seuils actuels d'exposition ne tiendraient pas suffisamment compte des exigences du principe de précaution ». — Il laisse donc la porte ouverte à l'idée qu'il faut revoir les normes.

**Etienne Cendrier, porte-parole
national de Robin des Toits**

En Belgique

Le Conseil d'État confirme le pouvoir de réglementation des communes sur les antennes de téléphonie mobile. La Ville de Visé dispose depuis 2003 d'un règlement de police administrative sur les antennes relais. Le conseil communal stipule que tout projet d'installation, de modification ou d'exploitation de station de mobilophonie doit faire l'objet d'une demande d'autorisation auprès du Collège Echevinal. Cet arrêté a fait l'objet d'une demande en annulation par Mobistar en 2006 suite au refus par le collège communal de la mise en exploitation de nouvelles antennes relais. Le Conseil d'État belge a rejeté cette demande en date du 25/10/11.

Voir la motivation dans www.teslabel.be/juridique/203

IV — La voiture

Dans votre véhicule, mettre le dossier à la masse, par exemple, en reliant sa partie métallique par un fil de mise à la terre (jaune et vert, dont on dénude les extrémités) à une partie massivement métallique dans le coffre arrière : la manivelle si elle est accessible. Demander au garagiste de relier le véhicule à la route par la languette antistatique bien connue.

Vérifier l'installation musicale (parfois moins polluante allumée qu'éteinte...)

Dans le garage, la voiture trouble la chambre au-dessus. La laisser dehors une demi-heure avant de la rentrer.

V — Les ioniseurs d'air ambiant

Ces appareils électriques ont pour fonction d'enrichir l'air ambiant en ions négatifs, facteurs de santé et de vitalité. Peu sont vraiment recommandables.

Quelles sont les qualités techniques d'un bon ioniseur ?

- Ventilateur lent, insonore.
- Pointes émettrices d'ions nombreuses.
- Électronique séparée (moindre pollution).
- Oscillateur à très haute tension, sans ozone (qui génère des « oxions » à partir de l'oxygène).
- Blindé électriquement.

Ces qualités sont rarement réunies. En outre, beaucoup d'appareils émettent des champs magnétiques importants.

VI — L'irradiation des aliments

Certains aliments sont irradiés avant leur mise sur le marché : c'est souvent le cas au passage de frontière. D'autres sont irradiés à domicile dans un four acheté à cette fin. D'autres encore sont radiopollués certains jours en même temps que nous par l'atmosphère, dans notre potager ou chez le maraîcher ...bio or not bio.

1. Constats

Quelques jours après l'achat, l'effet visible de l'irradiation (vérifiable par tout vendeur ou consommateur) est celui d'une momification qui peut se termi-

ner en poudre ou, étrangement, en liquéfaction. On constate de visu la dégradation de l'aliment.

Exemples :

L'école voisine reçoit à onze heures le sacro-saint fruit scolaire. La poire reste de marbre pendant quinze jours, puis elle s'effondre en tache brune. Les mères s'abstiennent de donner un fruit à l'enfant. C'est une multinationale hôtelière qui livre les fruits en masse. Une bonne intention tourne à l'aigre !

Dans une épicerie bio sérieuse, je remarque des gousses d'ail irradiées. Le gérant veut chercher son contrat avec les fournisseurs portugais. Inutile. Je demande : « Combien de frontières ? » « Trois ». Contrôles de frontières. Quinze jours après, le gérant me dit : « Vous aviez raison, l'ail est tombé en poussière et les légumes alentour ont mal tourné ».

Des tests d'authenticité, par analyse ou par imagerie (cristallisation sensible, effet Kirlian,...) montrent que la qualité de l'aliment est, au mieux, comparable à celle d'un aliment « conservé ou cuit » (*Combat Nature*, février 1993).

2. Officiellement : la main sur le cœur

Dans le *Journal du Médecin* n° 618 (1992), on lit :

P. 16 : Malgré la méfiance de l'opinion publique, l'irradiation des aliments est tout à fait inoffensive (...) Aujourd'hui, les scientifiques peuvent proclamer haut et fort, la main sur le cœur, que la consommation d'aliments irradiés n'entraîne pas plus de risques pour

l'homme que la consommation de n'importe quel produit conservé sous une autre forme.

P. 17: L'irradiation assure la conservation des aliments en rompant les liaisons chimiques des substances dont sont faites les denrées alimentaires: les protéines. (non signé).

En clair

Nous achetons comme « frais » (au prix du frais) des aliments conservés par dégradation des protéines. Ces aliments devraient être étiquetés: « conservé par irradiation », vendus comme conserves et interdits pour les régimes protéinés.

3. Fours à micro-ondes

Effet des fours à micro-ondes sur les aliments et la santé

Il y a peu d'études publiées sur ce sujet tabou, car celui qui s'occupe des enjeux financiers risque sa carrière. Voici un cas fondateur.

En juin 1991, deux scientifiques suisses ont constaté, par une étude méthodique, l'altération du sang des consommateurs d'aliments préparés au four à micro-ondes. Ils concluent leur rapport de recherche comme suit :

(...) une relation significative a pu être établie entre la capture d'énergie de micro-ondes par l'aliment et son transfert dans le sang des volontaires. Ainsi une transmission inductive à l'homme de cette énergie technique pourrait avoir lieu par l'intermédiaire de la nourriture, un phénomène régi par les lois physiques et qui trouve confirmation dans la littérature (...)

Les conséquences, mesurables chez l'homme, induites par des aliments traités aux micro-ondes présentent, au contraire de ceux qui n'ont pas subi ce traitement, des modifications du sang qui semblent indiquer le stade initial d'un processus pathologique tel qu'il se présente lors du déclenchement d'un état cancéreux.

Le journal suisse *Franz Weber* a publié ce rapport en 1992.

Censure

En 1994, le tribunal fédéral suisse, invoquant la loi sur la concurrence déloyale, interdit à l'auteur des recherches, M. Hertel, « d'affirmer que les aliments préparés dans les fours à micro-ondes sont dangereux pour la santé et provoquent dans le sang de ceux qui les consomment des altérations traduisant un trouble pathologique et donnant une image qui pourrait indiquer le début d'une évolution cancérigène... ». En cas de non-respect de l'interdiction, M. Hertel encourait une sanction pouvant aller jusqu'à la privation de liberté.

L'affaire a été portée devant la Cour européenne des Droits de l'homme à Strasbourg (CEDH). M. Hertel et le *Journal Franz Weber* ont eu gain de cause.

Censure de la censure

Arrêt de la Cour européenne des Droits de l'Homme

Censure d'études scientifiques — Victoire de la liberté d'expression devant la Cour européenne des Droits de l'Homme (Strasbourg, 25/8/1998, Hertel c/ Suisse).

Voir le site www.menschenrechte.ac.at/orig/98_4/Hertel.pdf et Kluwer, Éditions juridiques, Belgique.

Toute interdiction est levée et la Confédération helvétique est condamnée à verser une indemnité de 40 000 francs suisses.

Cet arrêt rétablit le droit après dix années de procédure. Il place la liberté d'expression au-dessus de la protection d'intérêts commerciaux, met un terme à la censure concernant la publication d'un rapport scientifique « dangereux pour l'économie ».

Il fera date pour les consommateurs européens soucieux de leur santé.

Commentaires

Tant le détail des travaux scientifiques que les arguments de la Cour européenne des Droits de l'Homme présentent un intérêt pour les utilisateurs de fours à micro-ondes, car certains parents reproduisent sur les nourrissons et adolescents non volontaires les expériences faites par M. Hertel sur des volontaires.

Toutefois, cet arrêt n'est pas plus connu que la Cour elle-même. Leur existence était ignorée même de professeurs de médecine de l'université de Strasbourg lors d'une formation médicale que j'ai suivie un an plus tard dans cette ville, siège de la CEDH.

Compenser les effets du four ? Certaines personnes tentent d'équilibrer la prise d'aliments micro-ondés en consommant du cru. C'est un palliatif, valable à l'occasion, mais qui ne nettoie pas le corps-poubelle.

VII — Téléphone cellulaire (mobile, GSM, pocket phone) et antennes-relais

La réception de l'énergie modulée se fait : par antennes (induction), par réseaux câblés (télédistribution), ou par parabole.

1. Normes de sécurité

DAS, dose réputée acceptable

Le débit d'absorption spécifique (DAS, dose réputée acceptable de la part d'un téléphone cellulaire) est désormais indiqué sur la fiche technique du mobile. Ce chiffre correspond à la puissance du rayonnement absorbé localement par le corps humain, mesuré en Watts par kilogramme. Les téléphones vendus en France ne peuvent dépasser 2 W/kg. La norme biologique est inférieure à 0,7 W/kg. Certains modèles descendent désormais à 0,3 W/kg.

Son respect ne doit toutefois aucunement dissuader de recourir à toutes les autres précautions pour préserver la santé : c'est une précaution nécessaire et non suffisante.

Une transmission « propre » est possible : innovation technologique.

Le CNRS (Centre National de Recherche Scientifique) étudie une solution photonique « contrôlable » pour remplacer les antennes relais de téléphonie mobile. *Next-up* a diffusé une vidéo²³, illustrée par l'imagerie du cerveau, montrant l'innocuité d'une

²³ Les vidéos de *Next-up* sont parfois inaccessibles du fait d'agents extérieurs

transmission par antennes-relais photoniques, sans bain radiatif.

Voir next-up.org/NewsOfTheWorld/Photonique.php#1.

Le seul problème est que le prix des appareils (actuellement prohibitif) serait, même à terme, doublé ou triplé.

Un test grandeur nature

Afin de ne plus créer de pollution environnementale (bain radiatif/électrosmog), *Next-up Organisation* propose à Xavier Niel et Cyril Poidatz de *Free mobile* de tester un site pilote (sans irradiation) d'antennes relais photoniques de forte puissance (100 W !), ce qui, de surcroît, offrirait l'avantage de diminuer fortement le nombre de sites de stations de bases terrestres d'antennes relais nécessaires à une bonne couverture.

[next-up.org/France/Le Village des Possibles.php](http://next-up.org/France/Le_Village_des_Possibles.php)

Peut-on se fier à la DAS ? *Le Monde* révèle en juillet 2011 que la DAS est d'une valeur toute relative. lemonde.fr/aujourd-hui/article/2011/07/16/peut-on-se-fier-a-l-indication-de-radiofrequence-de-son-telephone-portable_1549630_3238.html

Next-up organisation titre le même jour : « L'utilisateur d'un téléphone portable peut-il se fier à l'indication de la puissance d'irradiation (DAS) ? »

www.next-up.org/NewsOfTheWorld/DAS_SAR.php

Dossiers complets avec vidéos : DAS Décret et Arrêté — DAS Graphes irradiation.

Votre téléphone portable fait-il partie des bons élèves en matière de radiofréquences ?

Émission France 3 du 18 mai 2011 et article paru dans l'édition du *Monde* du 17 juillet 2011 (reproduction partielle ci-après autorisée).

Son Débit d'Absorption Spécifique (DAS) devrait vous renseigner sur ce point. Depuis le printemps 2011, l'affichage de cette donnée est obligatoire en magasins. Elle sanctionne la dangerosité potentielle de l'appareil et pourrait être un facteur déterminant dans l'achat de votre prochain mobile. Encore faut-il savoir décrypter cette valeur complexe et méconnue.

Lorsqu'un téléphone portable est en communication, il reçoit, de l'antenne relais la plus proche, des signaux de plus ou moins faible puissance. Le DAS est la mesure qui quantifie (en Watts par kilogramme) les effets thermiques résultant de ces signaux et de l'exposition des tissus humains aux ondes électromagnétiques. La législation européenne a fixé sa limite à 2 W/kg, évaluée sur dix grammes de tissu humain lorsque le téléphone fonctionne à pleine puissance.

Si tous les mobiles respectent cet impératif, certains modèles émettent six à sept fois plus de rayonnements que d'autres, y compris au sein d'une même marque. Mais de nombreux facteurs faussent l'évaluation. Edouard Barreiro, spécialiste des technologies de l'information et de la communication à UFC-Que choisir, souligne que le DAS n'est pas seulement une donnée intrinsèque de l'appareil. Il dépend aussi de la bande réseau utilisée: «Les émissions d'ondes sont souvent plus fortes en GSM qu'en 2G, à leur tour plus importantes qu'en 3G.» Les

laboratoires eux-mêmes estiment que la mesure du DAS peut présenter jusqu'à 20 % de marge d'erreur.

Mesurer le DAS à pleine puissance n'est pas réellement pertinent, déplore M. Barreiro. L'usage au quotidien, la position du téléphone par rapport aux organes de l'utilisateur, la qualité de la couverture devraient être davantage pris en compte. » Avec un kit piéton, la puissance maximale dissipée dans le cerveau est divisée en moyenne par dix. Les fabricants précisent, pour leur part, que le DAS indiqué n'est valable que si l'utilisateur respecte l'écartement minimum de 15 millimètres par rapport à l'oreille, comme le préconisent les notices !

Principe de précaution

Le DAS dépend avant tout de l'optimisation de l'appareil: « Le constructeur peut décider de limiter le débit pour bénéficier d'une bonne image auprès du consommateur, mais le téléphone tournera alors à plein régime en permanence, explique Edouard Barreiro. Un concurrent peut, à l'inverse, mettre la barre plus haut et viser une meilleure puissance de base. Le DAS sera plus élevé sur la fiche du produit, mais il disposera d'une meilleure couverture générale, atteignant rarement le maximum de ses capacités à l'usage. » De telles remarques tendent à décrédibiliser le classement des mobiles selon leur débit d'absorption.

Pour le docteur Patrice Halimi, secrétaire général de l'association Santé environnement France, la relation du DAS avec l'échelle sanitaire reste peu pertinente. S'il est une indication de la dangerosité d'un mobile, il ne révèle rien des effets non thermiques: migraines, dérèglements hormonaux, risques cancérogènes pointés du doigt fin mai par l'Organisation Mondiale de la Santé. L'état actuel des connaissances ne permet pas encore de tirer des conclusions certaines et définitives.

Les spécialistes s'accordent sur un point: le DAS indiqué sur le téléphone portable peut être un argument d'achat, selon le principe de précaution, mais ne doit pas occulter les recommandations faites pour limiter l'exposition aux radiofréquences: utiliser le plus souvent une oreillette, éloigner l'appareil du corps, limiter l'utilisation des mobiles par les enfants, éviter de téléphoner dans le train ou en voiture... restent encore les meilleurs moyens de réduire les risques.

2. Actions de PRIARTEM

PRIARTEM www.priartem.fr est une association nationale de riverains d'antennes relais. Dans le cadre d'une opposition à l'installation d'une antenne relais, cette association informe, agit auprès des instances publiques et soutient les démarches et actions de ses membres concernant l'exposition aux radiofréquences.

Voir ci-après la pétition PRIARTEM datant de 2002, qui a été suivie de nombreuses autres au cours de cette décennie, également après le décès de Roger Santini.

Pétition historique

Pour une Réglementation des Implantations d'Antennes Relais de Téléphonie Mobile.

PRIARTEM (juin 2002) se prononce en faveur du moratoire proposé par les députés Européens Michael Cashman, Arlene McCarthy, Elizabeth Lynne et Caroline Lucas, et demande instamment aux parlementaires européens de signer la déclaration écrite parlementaire

003/2002 du 12 mars 2002 « sur les risques d'exposition aux champs électromagnétiques de poteaux émetteurs de radio fréquence et de téléphone mobile. »

En effet les valeurs d'exposition aux rayonnements électromagnétiques non ionisants retenues par la Commission européenne (recommandation du 12 juillet 1999) ne prennent en compte que les effets relatifs à l'échauffement des tissus vivants (effets thermiques), c'est-à-dire les effets directement mesurables et de court terme.

Le potentiel de nocivité des effets non thermiques n'est pas reconnu par la Commission européenne. Ces valeurs ont été adoptées malgré les critiques et les amendements du Parlement Européen et au mépris du principe de précaution.

Il vous appartient, Mesdames et Messieurs les parlementaires, de reprendre l'initiative et d'œuvrer pour une protection réelle des populations. Les valeurs de la Commission Européenne, 41 ou 58 Volts/m selon les fréquences, sont à mettre en rapport avec la valeur limite de 1 Volt/mètre demandée par le Parlement Européen sur la base de nombreuses études scientifiques internationales et d'un rapport pour le Parlement (rapport TAMINO).

En Espagne, suite à de nombreux cas de cancers recensés à proximité d'antennes relais, les autorités ont du prendre des mesures réglementaires d'urgence et les tribunaux ont contraint les opérateurs à stopper l'exploitation de plus de 2000 antennes!

Est-il besoin de dire que l'Espagne avait adopté les seuils d'exposition recommandés par la Commission européenne?

Partout en Europe, à mesure qu'apparaissent les pro-

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

blèmes de santé, de plus en plus de voix s'élèvent pour demander l'application du principe de précaution.

Nous nous faisons l'interprète des populations exposées qui espèrent une prise de conscience de ceux qui les représentent.

Ce texte est soutenu par les personnalités scientifiques ou associations citoyennes suivantes: Pierre Le Ruz, Roger Santini*, et de nombreux autres.*

Je soussigné(e),... soutiens le texte de la déclaration européenne 003/2002 du 12 mars 2002:

PARLEMENT EUROPÉEN
1999 2004
12 mars 2002
DÉCLARATION ÉCRITE

déposée conformément à l'article 51 du règlement par Michael Cashman, Arlene McCarthy, Elizabeth Lynne et Caroline Lucas sur les risques d'exposition aux champs électromagnétiques de poteaux émetteurs de fréquences radio et de téléphones mobiles

Echéance: 12 juin 2002

0003/2002

Déclaration sur les risques d'exposition aux champs électromagnétiques de poteaux émetteurs de fréquences radio et de téléphones mobiles

Le Parlement européen,

A. observant que l'opinion publique est de plus en plus préoccupée par les risques que comporte, pour la santé publique, l'exposition aux champs électromagnétiques

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

de poteaux émetteurs de fréquences radio et de téléphones mobiles,

B. conscient de l'inéluctabilité de l'expansion de l'industrie des télécommunications en raison du renforcement de la mondialisation,

C. connaissant les travaux déjà entrepris dans ce domaine par la Commission européenne,

D. préoccupé par les éléments alarmants qui mettent en cause la sécurité des poteaux émettant des champs électromagnétiques et le manque alarmant de données utiles au sujet de leur sécurité,

E. relevant que l'UE applique le principe de précaution,

1. demande l'instauration d'un moratoire temporaire sur la mise en place de poteaux émetteurs de champs électromagnétiques, en attendant des résultats/recherches scientifiques supplémentaires ;

2. invite les institutions européennes à renforcer la prise de conscience de la population en l'informant des risques éventuels, pour la santé, de l'utilisation de téléphones mobiles, notamment par de jeunes enfants ;

3. demande que la recherche soit approfondie afin d'informer les citoyens des décisions prises au sujet de l'utilisation de téléphones mobiles et de permettre à l'UE et aux États membres d'élaborer, en toute connaissance de cause, la législation concernant l'emplacement des poteaux, notamment dans les régions à forte densité de population et dans les lieux d'accueil d'enfants ;

4. souhaite que des mises en garde claires et visibles concernant la sécurité soient jointes aux téléphones mobiles et aux équipements connexes ;

5. charge son Président de transmettre la présente déclaration au Conseil et à la Commission.

Quel contrôle social ?

Cette problématique pose la question du contrôle social : quel est le poids de la santé publique et des instances publiques face aux intérêts industriels et aux marchés financiers ? Demander n'est pas répondre.

3. Et les enfants ? Une action de Robin des Toits

Rentrée 2011 :

PAS DE PORTABLES DANS LES CARTABLES !!!

Chers parents,

La rentrée approche, avec elle l'achat des fournitures scolaires, celles qui sont nécessaires mais aussi celles qui tentent, et à cette occasion, l'achat d'un téléphone portable pour votre enfant scolarisé se pose. Il en a tellement envie et après tout, ne seriez-vous pas rassurés de le savoir joignable à tout moment ?

Attention cependant.

Les signaux d'alarme concernant la dangerosité des radiofréquences utilisées notamment par les téléphones mobiles se multiplient. Pour ne citer que le dernier, l'OMS, pourtant notoirement proche de l'industrie, a décidé, le 31 mars dernier, de classer les radiofréquences dans le groupe des « cancérigènes possibles ». De nombreuses études scientifiques incontestables, que vous trouverez sur le site de Robin des Toits, prouvent ce risque : robindestoits.org/a1251.html

Et quel que soit le risque, il est plus important pour les enfants, dont le crâne est plus mince, dont les tissus sont moins épais, et surtout dont le cerveau est en développement. C'est pour cela que le DAS (débit d'absorption spécifique, dont l'affichage sur les points de vente et les

publicités des téléphones mobiles est désormais obligatoire), calculé en fonction d'un organisme adulte, n'est pas valable pour les enfants. Pour eux, pour un même téléphone, il est plus élevé, voire supérieur au seuil de sécurité.

Nous pouvons décider, pour nous-mêmes, de nous exposer à une source de risque. Nous n'avons pas le droit de faire ce choix pour nos enfants, qui ne sont pas en mesure de décider de façon éclairée, qui sont plus fragiles, et qui seront exposés plus longtemps au cours de leur vie. Nous avons grandi à l'abri des ondes. Ce n'est pas leur cas. Nous devons les protéger. En présence d'enfants, le principe de précaution doit l'emporter.

Deux études sont en cours sur les effets du portable sur les enfants. La première, c'est l'étude internationale « Mobikids » dont les résultats ne seront pas connus avant des années. La deuxième... c'est celle que nous sommes en train de faire maintenant, in vivo, avec nos enfants. Voulez-vous faire de vos enfants des cobayes ?

« Mais si c'était dangereux pour les enfants, ce serait interdit ! » pensez-vous. Mais ça l'est presque ! L'article L5231-3 du code de la santé publique dispose : « Toute publicité, quel qu'en soit le moyen ou le support, ayant pour but direct de promouvoir la vente, la mise à disposition, l'utilisation ou l'usage d'un téléphone mobile par des enfants de moins de quatorze ans est interdite ». En clair, on n'a pas le droit de faire de publicité pour les portables vers les moins de 14 ans. On ne dit pas plus clairement que c'est dangereux, même si les industriels tournent allègrement cette interdiction à coup de visages floutés ou à demi-cachés ou de « packs familles ».

Et d'un point de vue éducatif, ce n'est pas bon non plus... Le portable donne l'habitude de l'immédiat, de l'inorga-

nisation, de l'attention incapable de se fixer cinq minutes de suite sur quelque chose, de l'attente constante et impatiente du prochain appel ou message. Nous avons appris à nous organiser, à prévoir, à attendre, à arriver à l'heure, et puis les portables sont arrivés ensuite et nous ont facilité la vie, mais pour les enfants, il n'y aura pas cet apprentissage pourtant nécessaire. Demandez aux enseignants leur avis sur le portable pour les enfants, vous serez édifiés.

« Mais le portable assure leur sécurité ! » pensez-vous. Non. Éduquer un enfant, c'est organiser ses activités, surveiller ses fréquentations et lui faire une confiance adaptée à son âge : pas le géolocaliser ou l'espionner. Les enlèvements ou disparitions d'enfants n'ont pas disparu avec l'émergence des portables, et outre les risques pour la santé, le portable, surtout s'il inclut internet, peut aussi être l'occasion de contacts que vous ne souhaitez pas pour votre enfant. Sans compter les risques de vol ou de racket. Le portable est un facteur d'insécurité plus que de sécurité.

« Mais tous ses copains en ont ! » dites-vous. Pas tous, si vous regardez bien, il y a forcément des parents raisonnables dans le lot. Et si vous dotez votre enfant d'un portable, vous renforcerez la pression sur ceux qui résistent encore.

« Mais il en meurt d'envie ! » Essayez d'analyser ce qui se cache sous cette demande. Si c'est une demande de communication, votre enfant peut avoir une adresse protégée par un mot de passe sur l'ordinateur familial. S'il s'intéresse surtout à la musique, offrez lui un baladeur numérique...

Et ne comptons pas sur un comportement « raisonnable » d'un enfant avec un portable. Un enfant ne peut pas in-

tégrer le message de santé publique ; il fait confiance à ses parents : si c'était dangereux, ils ne lui en auraient pas offert un ; s'ils lui en donnent un, c'est que ce n'est pas dangereux. Nous ne sommes pas capables d'avoir un usage modéré de ces merveilleux joujoux, alors un enfant ? Et l'oreillette ? Avez-vous déjà vu un enfant utiliser une oreillette ?

Si le mal est fait, si votre enfant est déjà équipé, et s'il vous semble impossible de revenir en arrière, aidez-le au moins à prendre les mesures de protection qui s'imposent : forfait respecté, sms plutôt qu'appels vocaux, usage de l'oreillette, pas d'usage dans les transports en commun où l'émission est maximum, pas de maintien près des organes vitaux — c'est-à-dire en clair pas de portable dans la poche, portable éteint la nuit et surtout pas posé allumé sur la table de chevet, voire sous l'oreiller : un portable émet tout le temps et ces émissions perturbent le sommeil, temps du repos et de la mémorisation.

Faites circuler ce message vers tous les parents de votre connaissance !

4. Questions de santé publique

Nous avons vu que le cerveau humain est un gel de quelques milliards de micro-aimants, sensibles aux perturbations électriques et hertziennes.

L'installation d'une antenne GSM à proximité de lieux habités crée des champs qui pénètrent les habitations et agissent sur la physiologie de tous les habitants, jeunes ou vieux, qu'ils utilisent ou non le téléphone portable. Les risques pour la santé sont étayés par la science et la pratique depuis des années. Ces

risques varient en fonction de la proximité et de nombreux cofacteurs, dont l'âge, l'état général, la résonance avec des implants (ouvrages dentaires, stérilets, prothèses en métal ou électroniques) et avec l'environnement (armatures et meubles en métal, etc.).

Voir les sources dans : Références, notamment : Santini 1988 (Liste de coopérateurs scientifiques p. 207).*

En résumé, aspects scientifiques

L'étude des effets précis des radiofréquences sur la santé humaine, et notamment des hyperfréquences (ordre de grandeur du gigahertz, c'est le cas du GSM, du radar, du four à micro-ondes ... et du décongeleur de bestiaux) est ardue pour les raisons suivantes :

- Les différentes pollutions sont en interrelation et se potentialisent mutuellement.
- Des doses minimales voire infimes peuvent perturber l'organisme humain.
- Les réactions humaines varient d'un individu à l'autre en fonction de multiples variables et cofacteurs.

Les normes actuelles font débat au regard du principe de précaution. Les risques pour la santé sont toutefois connus : ils vont de l'insomnie à l'arrêt cardiaque en passant par la cécité, les maladies neurodégénératives et le vieillissement précoce. La majorité des fonctions physiologiques peuvent être affectées par les hyperfréquences.

Depuis 1996, à la suite de constatations troublantes, des études ont été programmées aux USA et

en Europe, notamment à l'initiative de l'OMS et de l'Union Européenne.

Des résultats probants ont été publiés par l'OMS le 31 mai 2011.

Voir ci-après: L'OMS et les radio-téléphones (GSM).

En attendant, les habitants ont servi de cobayes, involontaires, ignorants mais officiels, car en 1995, Belgacom a déclaré au journaliste de *Computer Magazine Corporate* que les incertitudes concernant l'innocuité du système étaient connues, mais que la bonne stratégie était justement de généraliser le produit pour déceler les problèmes et y porter remède. (*sic*)!

Aspects pratique: expérience des éco-géobiologues

Ils ont déjà maintes fois eu l'occasion de rencontrer (et soulager autant que faire se peut) des personnes souffrant des interférences produites par des antennes-relais, en conjonction, par exemple, avec des antennes de la gendarmerie, pompiers et autres agents publics. Les personnes devenaient insomniaques et inefficaces, leur système nerveux était perturbé et elles souffraient physiquement.

Ainsi, l'été 1997, une personne habitant Lyon m'a appelée à l'aide, car elle souffrait du syndrome des hyperfréquences au centre d'un triangle formé de trois antennes. Même cas, mêmes circonstances à Bruxelles (Ixelles).

Quelques effets du GSM

Les neurotransmetteurs : grâce à des travaux amé-

ricains, on sait aujourd'hui que la sécrétion de mélatonine peut être ralentie ou bloquée par des champs électromagnétiques, même d'intensité très faible. Ce constat est en phase avec le ressenti : la demande de Melatoninum est proportionnelle à l'exposition aux champs EM.

Le cerveau : il est connu depuis au moins une quinzaine d'années que le téléphone cellulaire, dans certaines conditions d'exposition, chauffe le cerveau d'un demi-degré et modifie le liquide de la duremère. Le problème est reconnu au Japon : les cadres « disjonctent ».

L'OMS et les radio-téléphones (GSM)

Du 24 au 31 mai 2011, sous l'égide de l'OMS, un groupe de travail était en réunion à Lyon au siège du CIRC (Centre International de Recherche contre le Cancer, qui fait partie de l'Organisation Mondiale de la Santé). Ce groupe rassemblait 31 scientifiques de 14 pays (dont 8 pour les USA), des représentants des agences de santé gouvernementales et des observateurs (industriels et opérateurs mobiles). Il était chargé :

- de passer en revue et évaluer l'ensemble des études épidémiologiques mondiales menées à ce jour (environ 1500) concernant les risques de cancers induits par l'exposition aux ondes des portables,
- et de déterminer si l'exposition (l'irradiation) liée aux champs électromagnétiques artificiels des communications mobiles (micro-ondes) présente un risque potentiellement cancérigène.

Pour la première fois, le 31 mai 2011, à l'issue de la réunion, le CIRC, organe de l'OMS, a estimé que l'usage des téléphones mobiles devait être considéré comme « peut-être cancérigène pour l'homme ».

Les preuves, qui continuent à s'accumuler, sont assez fortes pour justifier la classification des champs électromagnétiques de radiofréquence dans la catégorie 2B « possiblement cancérigène » a expliqué Jonathan Samet, président du groupe de travail. Cette décision, a-t-il précisé, se base « sur des études épidémiologiques montrant entre autres, un risque accru de gliome, un type de cancer du cerveau associé avec l'usage prolongé (une demi-heure par jour pendant dix ans) du téléphone portable ».

Cette conclusion relance la question de la dangerosité des ondes électromagnétiques. C'est une nouvelle étape dans le débat concernant l'impact du téléphone mobile sur la santé, un appareil qui a été vendu par milliards à travers le monde.

Quelques arrêts de justice nationale

*Antennes Relais SFR Cour d'appel de Montpellier,
arrêt du 15-09-2011*

Cet arrêt exemplaire et historique est l'aboutissement de plus de deux années d'actions physiques avec confrontations et de combats juridiques de vingt-six riverains d'antennes relais SFR de Montesquieu-les-Albères. La Cour ordonne le démantèlement du site d'antennes relais de SFR pour trouble manifeste et danger imminent pour la santé.

next-up.org/NewsOfTheWorld/2011.php

Arrêt du Conseil d'État belge du 23 décembre 2010

Le Conseil d'État ordonne la destruction d'un pylône d'antennes relais à cause d'un risque pour la santé. En d'autres termes, le respect des règles d'urbanisme, de planification et d'insertion paysagère ne suffisent plus, les troubles portés à la santé et l'atteinte à l'environnement (irradiation/pollution environnementale) sont de nouveaux paramètres qui doivent être maintenant être pris en compte. Dans les divers jugements, il est aussi noté dans les motivations, la forte dévalorisation des propriétés environnantes qu'entraîne l'érection d'un site d'antennes relais.

L'essentiel à retenir est qu'il n'est pas nécessaire de faire une étude épidémiologique pour prouver la surmortalité, mais une investigation (clusters) opposable en Justice qui peut être réalisée par n'importe quel collectif ou association.

5. Mode d'emploi

Conseils d'application immédiate

- Tenir des conversations très courtes. Les normes ne sont pas valables pour des conversations longues (>6 min.) ou nombreuses.
- Transporter l'appareil dans une sacoche. Ne le porter sur soi (par exception) que protégé par une gaine en cuir, dans la poche arrière. Le cancer de la hanche est un fait nouveau. Les organes aussi sont très sensibles.
- Évitez d'utiliser le portable lorsque la force du si-

gnal est faible ou lors de déplacements rapides comme en voiture ou en train.

- Sur la route, ne jamais téléphoner en conduisant (sécurité), ni même en restant dans la voiture (champs magnétiques amplifiés). On s'expose (et on expose) à de gros risques : main occupée, attention distraite ; interférence avec l'électronique de la voiture (freins, airbags,...).
- Lisez les douze conseils plus détaillés (numérotés) repris ci-dessous, diffusés par *Next-up* et publiés dans le journal *Le Monde*, afin de limiter l'exposition de l'utilisateur aux rayonnements du téléphone mobile : complétés éventuellement par les recommandations (lettres alphabétiques), formulées en 2008 dans *L'Appel des Vingt* (David Servan-Schreiber et 19 oncologues. (*Journal du Dimanche* du 15 juin 2008). www.lejdd.fr/Societe/Actualite/L-appel-des-vingt-contre-le-portable-91489/).
- Bémol : utilisez aussi votre sens commun pour moduler vos précautions en fonction du contexte, de votre état, de votre ressenti, et éviter l'hypocondrie. Il n'est peut-être pas nécessaire dans tous les cas, par exemple, d'avoir recours aux « protections mécaniques » en aluminium — que je n'ai personnellement jamais employées. Et un mobile sans antenne apparente peut être tout à fait convivial, s'il est blanc, blindé, à double circuit et plein de belles photos : le mien ne me pose aucun problème !

Douze conseils élémentaires de prévention

next-up.org/NewsOfTheWorld/ConseilsUtilisationTM.php

Réf. chiffres, complété par : Appel des Vingt. (réf. Lettres)

- 1) Utiliser un kit piéton (main libre) en éloignant à plus de 20/30 cm le portable de son corps, afin de limiter les effets des rayonnements sur sa propre personne. Limiter le nombre des communications : et leur durée à 6 minutes maximum, qui est le temps d'autorégulation du corps : passé cette durée, l'autorégulation n'est plus possible (bases réglementaires normatives : <http://legifrance.gouv.fr>).
- Lors des communications, maintenir le téléphone à plus de 1 mètre du corps (l'amplitude du champ baisse de quatre fois à 10 cm, de cinquante fois à 1 m de distance). Utilisez le mode haut-parleur, ou un kit mains libres, ou une oreillette Bluetooth (en faisant attention de ne pas la conserver constamment à l'oreille en période de veille).
- À défaut, changez de côté régulièrement, et avant de mettre le téléphone portable contre l'oreille, attendez que votre correspondant ait décroché.
- 2) Déconseiller fortement, voire ne pas utiliser un téléphone mobile en dessous de 15 ans (phase de croissance, avec une masse de tissus moindre, les rayonnements ont une nocivité accrue, notamment par rapport au cerveau, à l'ouverture de la barrière hémato-encéphalique, à la chaîne d'ovaires, etc...).
- N'autorisez pas les enfants de moins de 12 ans à utiliser un téléphone portable sauf en cas d'urgence.

Les organes en développement (du fœtus ou de l'enfant) sont les plus sensibles à l'influence possible de l'exposition aux champs électromagnétiques.

- 3) Ne téléphoner que dans des conditions de réception optimales, en règle générale n'utiliser le portable dans aucun lieu confiné comme : véhicules, bus, métro, avions, trains, ascenseurs, sous-sols, tunnels, etc., la puissance d'émission et de réception, donc des rayonnements, étant alors décuplés. De plus, sous certaines conditions, les seuils d'immunité de la Compatibilité Électromagnétique (CE) des appareils peuvent être dépassés et provoquer des bugs sur l'électronique d'asservissement (freins,...).
- 4) Ne pas téléphoner dans un véhicule, même à l'arrêt. Dans un espace métallique fermé il se produit le phénomène dit « cage de Faraday », qui en plus optimise au maximum les effets nocifs des rayonnements par réflexions, non seulement sur l'utilisateur, mais aussi sur tous les passagers, notamment les enfants. En conséquence, il est impératif de sortir du véhicule pour téléphoner.
- 5) Ne pas porter son téléphone mobile près du corps, même en veille : et dans tous les cas, ne pas téléphoner à moins d'un mètre d'une personne, afin de diminuer l'impact de la « téléphonie passive ».
 - Restez à plus de 1 mètre de distance d'une personne en communication,
 - Évitez le plus possible de porter un téléphone mo-

- bile sur vous, même en veille. Ne pas le laisser à proximité de votre corps la nuit, ou alors le mettre en mode « avion » ou « hors ligne/off line » qui a l'effet de couper les émissions électromagnétiques.
- Si vous devez le porter sur vous, assurez-vous que la face clavier soit dirigée vers votre corps et la face antenne (puissance maximale du champ) vers l'extérieur.
- 6) Déconseiller l'utilisation d'un téléphone mobile à une personne âgée et à toute personne en état dit de faiblesse (les rayonnements affaiblissent encore plus l'organisme), ainsi qu'aux femmes enceintes (le liquide amniotique dans lequel se développe l'embryon, puis le fœtus est un milieu très absorbant des rayonnements artificiels Hautes Fréquences micro-ondes des communications mobiles).
 - 7) Ne pas téléphoner en se déplaçant, trains inclus, la puissance d'émission et de réception en irradiation de l'antenne relais de votre mobile sont décuplées celle-ci étant en recherche constantes de stations. Si le train est équipé d'un système relais de connexion satellitaire, c'est non seulement l'utilisateur, mais tous les passagers qui sont irradiés en champs proches par toutes les antennes relais indoor.
 - 8) Ne pas garder son portable allumé la nuit près de son lit, car même en mode veille l'antenne relais du portable se connecte à l'antenne relais de la

station de base et rayonne par phases (Syndrome M-O).

- 9) Acquérir de préférence un portable avec un indice DAS (Débit d'Absorption Spécifique des tissus humains) dont la valeur soit la plus basse possible (malgré la valeur relative de cet indice).

Voir ci-dessus l'article paru dans l'édition du Monde du 17 juillet 2011).

- 10) Déconseiller l'utilisation d'un mobile à toute personne qui possède à la tête des éléments à base de métal (magnétique ou amagnétique) du type amalgames, prothèses, appareils dentaires, plaques, vis, clips, piercings (voire, boucles d'oreilles et lunettes) : ce conseil étant étendu aux utilisateurs de béquilles, déambulateurs ou de fauteuils roulants métalliques, ceci afin d'éviter tout phénomène dit de résonance (réflexions, amplifications, points chauds, réémetteurs passifs, etc.). De même pour les personnes ayant reçu une injection contenant un ou des adjuvants de dérivés vaccinaux métalliques.
- 11) Passer le plus possible des communications mobiles aux communications filaires, sans irradiation, qui en sus sont maintenant la plupart du temps gratuites et illimitées avec internet, même à l'international. Communiquer par sms plutôt que par téléphone, cela limite la durée d'exposition et la proximité du corps.
- 12) Utiliser des protections anti-ondes personnelles

dites mécaniques (voiles, films métalliques, coffrets, etc.) qui ont un effet positif reconnu : pareillement pour les lieux de vie.

6. *Téléphonie 4G : nouvelles antennes radiatives*

La LTE (Long Term Evolution, « super 3G » parente de la 4G), est expérimentée (effets sur la santé) à Crest et Brest. Cette expérience porte officiellement sur l'aspect technique, notamment concernant les interférences (TNT).

Voir next-up.org/France/LTE.php

VIII — Les compteurs électriques intelligents

1. *Avantages allégués*

Dans le but déclaré d'améliorer la distribution de l'énergie électrique et d'en diminuer sa consommation, les distributeurs prônent l'installation de compteurs électriques dits intelligents dans tous les foyers. Ces compteurs intelligents mesurent, minute par minute et pièce par pièce, la consommation d'électricité dans l'habitation et envoient ces informations détaillées vers l'opérateur du réseau électrique. Les opérateurs de réseaux affirment que ces informations détaillées sont nécessaires pour mieux adapter la production et distribution de l'électricité à la consommation des ménages en temps réel. Les avantages seraient multiples :

- pour les consommateurs : facturation rapide sur consommation réelle ;
- pour les fournisseurs d'électricité, la possibilité

d'offrir des tarifs diversifiés selon les besoins de leurs clients ;

- pour les distributeurs, le suivi de la qualité de fourniture et la rapidité d'intervention lors de pannes ;
- enfin, pour les particuliers producteurs d'électricité par panneau photovoltaïque, le compteur intelligent permet de comptabiliser à la fois leur production et leur consommation.

2. Mais des questions se posent

- Les compteurs intelligents sont-ils dans l'intérêt des consommateurs ?
- Contribueront-ils à diminuer le prix de l'électricité des ménages ?
- La collecte d'informations détaillées est-elle compatible avec le respect la vie privée ?

Quelles sont les conséquences des technologies utilisées pour les transmettre ?

Technologies

Selon la distribution des ménages dans l'espace, les technologies utilisées par les compteurs intelligents sont différentes.

Aux USA et au Canada, la population est moins dense, et les habitations plus dispersées. La technologie de choix outre-atlantique est la transmission par radio, avec des émetteurs-récepteurs sur un mur extérieur de chaque maison.

En Europe, par contre, la densité des villes, et le nombre élevé de ménages connectés à un transforma-

teur (environ 50) favorisent une autre technologie : le CPL (Courant Porteur en Ligne), une technologie de transmission de données qui envoie les données en utilisant les fils électriques.

Le choix technologique conditionne les émissions électromagnétiques.

La technologie canadienne : la transmission par ondes radio 902-928 MHz

Les appareils Canadiens « Smart Meter » utilisent la gamme 902-928 MHz, selon l'annexe 8 de la norme RSS-210 du « Radiocommunication Act » canadien.

Discussion technique à l'adresse : ve3ncq.ca/wordpress/?page_id=10.

Au Canada, cette bande 902-928 MHz est prévue pour être utilisée sans licence en basse puissance (moins de 0.75 milliWatt), pour communiquer à des distances d'environ 30 mètres. Les appareils prévus sont les téléphones sans fil, microphones sans fil, ouvre-porte de garage, commandes à distance, etc... Bref, des petits appareils domestiques qui fonctionnent rarement en continu.

Il y a des interférences.

Par exemple, les compteurs intelligents canadiens interfèrent avec des téléphones et baby-monitors 900 MHz, utilisés uniquement en Amérique du nord, pas en Europe. La solution proposée par le fournisseur d'électricité, Chatham-Kent Energy, est que les usagers achètent de nouveaux téléphones sur les bandes 2.4 GHz et 5.8 GHz. En plus, ils interfèrent

avec les radios amateurs qui peuvent être des nœuds de communication extrêmement importants lors de catastrophes naturelles, surtout dans un pays à population peu dense.

Les Smart Meter sont testés pour les radio-interférences, mais en isolation, pas en réseau de dizaines de milliers d'appareils. Les interférences radio d'un réseau de 30 000 compteurs sont beaucoup plus importantes que ce que chaque appareil émet individuellement. Les champs électromagnétiques auxquels les ménages sont exposés sont encore plus grands et pénétrants.

Cet impact sur la santé est déjà illustré par un témoignage d'Outre-Atlantique

Next-up News 1820 — voir site www.next-up.org.

In Canada and the US many people are already getting sick. I myself, after moving into an apartment next to two cell towers and a TV antenna, have become sensitive to microwave radiation. I am having now to find a new place to live. I need a single family home as there are too many overlapping wireless signals coming from cordless phones and WiFi in an apartment, but all these homes have a smart meter on them that pulses all day, making me very sick. What am I supposed to do now? Where am I supposed to live? It's bad enough having to avoid staying in hotels and not travelling anymore, not going into businesses that I need to go into, driving in places I need to go, not being able to visit with those that won't turn off their wireless without having to move away from my friends and family and having to isolate myself and my family because of a preventable condition. I am totally fine when not around wireless.

Voir aussi, parmi des centaines de sites aux USA/Canada : Smartmeters, the new silent killer» <newswithviews.com/Devvy/kidd507.htm>

Technologie française : Linky, la transmission par CPL (Courant Porteur en Ligne)

Les compteurs intelligents Linky transmettent leurs données (informations numériques) sur les lignes électriques par lesquelles les ménages reçoivent le courant. La technologie utilisée est le CPL.

Le CPL consiste techniquement à moduler des données en injectant deux porteuses de 63,3 KHz et 73 KHz dans les lignes remontant 220 V et 380 V jusqu'au transformateur haute tension du quartier. À partir de là, les données personnelles sont transmises au système central du gestionnaire du réseau électrique par téléphonie mobile de type GPRS, sur les bandes 900 MHz et 1800 MHz.

Le résultat électromagnétique est un champ pulsé basse fréquence dans l'environnement domestique et d'encore plus d'émissions de type GSM à l'extérieur.

Or, les câbles du réseau électrique, sauf rares exceptions, ne sont pas blindés, donc ne sont pas adaptés pour transporter des signaux de type CPL qui rayonnent par l'injection de basses fréquences (LF-Low Frequency).

Next-up News 1819, Ed. spéciale ERDF Linky, Dossier complet et Actions — voir site <www.next-up.org>

Le lancement de Linky en France

Le 28 septembre 2011, Éric Besson annonçait l'ins-

tallation, à partir de 2013, de 35 millions de compteurs dits intelligents distribués sous le nom de « Linky », dans tous les logements. Ces compteurs sont similaires aux compteurs Smart-Meter déjà installés aux États-Unis et au Canada notamment, bien qu'utilisant une technologie différente,

Selon le ministre, les avantages des compteurs Linky seraient nombreux :

- Les interventions et les relevés sont faits par le gestionnaire de réseaux sans déplacement, donc plus rapidement et sans nécessité de la présence du client.
- Les informations collectées permettront aux fournisseurs d'électricité de proposer des offres tarifaires innovantes et l'arrivée de nouveaux entrants sera facilitée.
- Il facilite l'exploitation du réseau à travers la connaissance des consommations électriques et l'insertion des énergies renouvelables. Linky est une brique technologique pour évoluer, à terme, vers des réseaux électriques intelligents (Smart Grids).
- Enfin, il pourrait, dans certaines conditions, faire bénéficier le client final d'informations plus riches et plus fréquentes sur sa consommation et/ou sa production d'électricité.

3. Pourquoi les compteurs intelligents suscitent-ils la polémique ?

L'aspect financier de l'opération

Outre le fait que les 10 à 15 % d'économie initia-

lement annoncés par ERDF ne semblent pas du tout être confirmés par les chiffres enregistrés dans les communes françaises concernées par l'expérimentation initiale, ce système générerait des coûts supplémentaires pour les consommateurs.

Un des avantages du système, selon Éric Besson, ce serait la gratuité du système pour les consommateurs. Or, les nouvelles fonctionnalités promises demandent l'installation de relais et de lignes particulières qui auront nécessairement un coût supplémentaire.

De même, environ 17 millions de compteurs ne sont pas installés dans les logements, mais à l'extérieur ou dans la cave. Or, dans la majorité des cas, le nouveau compteur a été placé au même endroit que l'ancien, ne rendant pas aisé le suivi de sa consommation en temps réel. Le médiateur de l'Énergie a donc proposé un affichage « déporté », permettant de suivre depuis chez soi sa consommation. Le coût de ce matériel est estimé par ERDF à environ 50 euros par boîtier.

Ce manque de transparence sur les coûts incite donc la plus grande méfiance.

Quant aux promesses de diminution de la facture mensuelle pour les consommateurs, il faut noter que les avantages du consommateur sont limités. En effet, l'information de détails de consommation permet aux fournisseurs de segmenter finement le marché de l'électricité domestique, et de proposer des tarifs plus compliqués que les tarifs actuels. La prolifération des tarifs oblige le consommateur à s'informer, et à se

tenir au courant de ces tarifs afin de faire un choix judicieux.

Le caractère obligatoire de la mesure

Il sera impossible pour un particulier de refuser l'installation du Linky. À la suite du Grenelle de l'environnement, un décret du 31 août 2010 stipule que les logements neufs devront disposer de compteurs électriques intelligents dès 2012.

Comme le rappelle la FNCCR (Fédération nationale des collectivités concédantes et régie), « les compteurs sont un bien inaliénable des collectivités concédantes. (...) L'utilisateur n'a donc rien à dire sur le changement de compteur ».

Quant au contrat d'EDF, il stipule que l'entreprise « pourra procéder au remplacement des appareils en fonction des évolutions technologiques. (...) Le client n'a pas le droit de refuser le changement du compteur en cas d'obligation légale ».

Toutefois, si un particulier est impuissant, une collectivité peut décider de refuser l'installation des nouveaux compteurs. C'est ce qu'ont fait quelques villes ou comtés en Algérie, et, en octobre 2011, la Ville de Paris en France !

Next-up News 1844, Linky: Communiqué de Presse.

Voir site www.next-up.org.

L'atteinte à la vie privée

Le compteur LINKY est un véritable mouchard. Il permet de surveiller les activités des consommateurs

à la minute près. Il peut détecter leurs allées et venues, leurs périodes de vacances ou le nombre de personnes hébergées sous leur toit... Le niveau de détail est extraordinaire : l'image disponible montre clairement l'utilisation même du WC !

next-up.org/images/Smart_Meter_Graph_Screen_Spy_Explanatory.jpg

Vu le caractère obligatoire de la mesure et les craintes pour la santé des consommateurs, on peut légitimement se demander si l'installation de ces compteurs n'est pas en infraction avec la Déclaration des Droits de l'Homme, et plus particulièrement l'article 12 :

Nul ne sera l'objet d'immixtions arbitraires dans sa vie privée, sa famille, son domicile ou sa correspondance, ni d'atteintes à son honneur et à sa réputation. Toute personne a droit à la protection de la loi contre de telles immixtions ou de telles atteintes.

Les données personnelles détaillées peuvent être utilisées contre l'intérêt de la personne concernée par des tierces parties. Les informations de consommation électriques peuvent prouver une cohabitation, lors d'un divorce par exemple.

Les risques au niveau de la santé et de la sécurité

C'est l'aspect le plus inquiétant. On craint une nouvelle pollution électromagnétique artificielle, une atteinte à la santé des personnes et une augmentation du risque d'incendie.

Selon certaines sources, ce compteur « intelligent » rayonnerait 100 fois plus que le téléphone cellulaire.

Et contrairement aux téléphones mobiles, ces compteurs sont imposés et ne peuvent être éteints.

4. Non respect d'une directive européenne

La directive 2009/72 du Parlement Européen et du Conseil du 13 juillet 2009 concernant des règles communes pour le marché intérieur de l'électricité déclare en son point 55 :

Il devrait être possible de baser l'introduction de systèmes intelligents de mesure sur une évaluation économique. Si cette évaluation conclut que l'introduction de tels systèmes de mesure n'est raisonnable d'un point de vue économique et rentable que pour les consommateurs dépassant un certain niveau de consommation d'électricité, les États membres devraient pouvoir tenir compte de ce constat lors de la mise en place des systèmes intelligents de mesure.

5. Résistance des usagers

USA

Les « Smart Meter », la santé et la justice en Californie. next-up.org ;

<http://www.nytimes.com/gwire/2011/01/05/05greenwire-calif-county-criminalizes-smart-meter-install-66649.html>

Citant des effets allégués pour la santé des ondes électromagnétiques, un comté dans le nord de la Baie de San Francisco a criminalisé l'installation des « compteurs électriques dits intelligents » Smart-Meter (ndlr: équivalent en France au CML — Compteur Mouchard Linky d'ERDF). Les Juges de la Cour ter-

ritoriale de Marin ont adopté hier à l'unanimité une ordonnance qui classe l'installation des nouveaux compteurs électriques dits intelligents en nuisance publique dans certaines régions.

La loi s'applique aux habitants de la région de Marin dans la baie de San Francisco qui abrite environ 70 000 des 260 000 habitants du comté. En plus des risques pour la santé générés par les rayonnements des ondes électromagnétiques des nouveaux compteurs électriques, les membres de la commission se sont dits préoccupés au sujet des informations personnelles recueillies sur les activités des résidents (ndlr : atteinte à la vie privée), les impacts sur l'esthétique et les dommages potentiels aux réseaux des radios amateurs.

Le conseil a questionné préalablement la *California Public Utilities Commission*, avant de déclarer un moratoire sur les nouveaux compteurs électriques, à l'instar du Conseil de surveillance de San Francisco.

Un porte-parole de la compagnie *Pacific Gas & Electric Co.*, qui avait rejeté une demande des opposants en ce sens en novembre dernier après avoir admis qu'une puce intégrée dans les nouveaux compteurs pratiquait la surveillance en ligne, a indiqué que la compagnie aller continuer à réaliser les installations des compteurs intelligents en dépit de l'ordonnance.

Katharina Sandizell, mère de deux enfants, a été arrêtée suite au blocage sur une voie publique des véhicules de Wellington Energy. Elle déclare :

Les nouveaux compteurs dits intelligents émettent plus de rayonnements que les téléphones mobiles. Avec les

téléphones mobiles, vous pouvez choisir de ne pas en avoir, ou de l'éteindre lorsque vous ne l'utilisez pas ou vous pouvez utiliser un kit oreillettes. Mais avec ce nouveau compteur dit intelligent, vous n'avez pas de choix, c'est de façon constante, on vous l'impose, vous ne pouvez pas l'éteindre.

Canada

Voir section précédente.

France

L'association Robin des Toits interpelle la ministre de l'Écologie.

Dans une lettre ouverte, l'association dénonce deux atteintes à la santé publique :

- L'une causée par la présence du compteur Linky dans les domiciles, ses émissions d'ondes permanentes ainsi que la pollution induite du réseau électrique domestique entier qui va immanquablement faire antenne et porter la trace des ondes que le compteur Linky émet et reçoit.
- L'autre causée par l'augmentation inévitable du nombre d'émetteurs/récepteurs-relais.

La Ville de Paris rejette la décision ministérielle

Le 18 octobre 2011, le Conseil de la Ville de Paris a rejeté la décision ministérielle unilatérale.

Next-up News Nr 1844 Linky: Communiqué de Presse

Le Conseil de Paris, 18 octobre 2011.

*Vœu relatif à l'installation de compteurs intelligents
d'électricité chez les parisiens*

Considérant que la Ville de Paris est propriétaire de l'ensemble du réseau de distribution d'électricité sur son territoire, y compris les compteurs électriques, et qu'elle en a confié la gestion à ERDF (Électricité Réseau Distribution France) par le moyen d'une concession,

Considérant l'annonce faite le 28 septembre dernier par le Ministre de l'Industrie, de l'Énergie et de l'Économie numérique d'une généralisation des compteurs dits intelligents « linky », dont l'expérimentation avait pourtant soulevé de nombreuses critiques,

Considérant l'absence totale de concertation avec les collectivités locales propriétaires des réseaux, malgré un niveau d'investissement extrêmement élevé (estimé entre 4 et 6 milliards d'euros au total),

Considérant la nécessité d'un accès total, gratuit et instantané des usagers aux données concernant leur consommation d'électricité et l'importance d'un tel système pour qu'ils puissent pleinement maîtriser leurs consommations.

Considérant qu'en l'état, les services gratuits proposés avec ces compteurs ne permettent pas d'assurer la maîtrise de la demande d'énergie, remettant ainsi en question les potentialités des « smart grids » (réseaux intelligents), pourtant à l'origine même du changement de matériel,

Considérant que le plan Climat de la Ville de Paris prévoit une baisse des consommations énergétiques de l'ensemble du territoire parisien de 25% d'ici 2020,

Considérant par ailleurs les impératifs de préservation de la vie privée et de la liberté des citoyens, qui pourraient être mis à mal par un dévoiement de l'utilisation

des données collectées sur les habitudes des consommateurs et l'utilisation de leur réseau électrique domestique, et l'attachement de la Ville de Paris à la non-utilisation des données collectées à d'autres fins que les nécessités liées à la concession d'électricité,

Considérant enfin l'engagement d'ERDF auprès du Maire de Paris, par courrier du 25 novembre 2009, à l'occasion de la négociation de l'avenant à la convention de concession, de déployer un réseau de compteurs qui tiendrait compte de la nécessaire « finesse du pas de temps pour les courbes de charge » et qui permette « d'offrir aux parisiens (...) de nouvelles et nombreuses fonctionnalités en matière de maîtrise de l'énergie électrique »: ajoutant que « les modalités de ce déploiement et de ce suivi feront l'objet d'échanges avec les services de la Ville lors de la préparation du premier programme quadriennal d'investissement, dans le cadre des dispositions prévues par le projet d'avenant » et constatant que la décision du Ministre remet de fait en cause un engagement pourtant crucial de la négociation de cet avenant.

Le Conseil de Paris: ·

Rejette cette décision ministérielle unilatérale,

Demande le réexamen du cahier des charges des compteurs avant tout déploiement, pour réellement prendre en compte l'intérêt des usagers, la confidentialité des données et la capacité de maîtrise de l'énergie.

6. Action du Parlement européen

Protestation du Parlement UE et suivi par la Commission UE

Le 23 novembre 2011, Jill Evans, Membre du Par-

lement européen (MPE), a organisé au siège du Parlement à Bruxelles, une séance sur le thème *Champs électro-magnétiques et Santé*.

Le Dr Isaac Jamieson* a présenté son dernier ouvrage, *Smart Meters, Smarter Practices*, résultat en 265 pages d'une recherche commanditée par le *Radiation Research Trust* (UK RRT, radiationresearch.org). Le Dr Jamieson a souligné l'importance, à l'égard des compteurs intelligents, des pratiques plus intelligentes. Une connexion sans fil pour l'énergie des compteurs est très fragile (sensible aux orages solaires, par exemple). En outre, leur radiation micro-ondes est une menace directe pour la santé publique.

Eleen O'Connor, directrice du *EM-Research Radiation Trust*, est intervenue pendant dix ans, au nom de cette institution, auprès du gouvernement britannique et des autorités européennes, pour demander la reconnaissance de la relation entre les champs électromagnétiques et la santé. Message final : « We need you to take immediate action now²⁴ ».

Dr. Gerd Oberfeld, conseiller pour la santé auprès du gouvernement de Salzbourg, a présenté pour discussion les nombreuses études scientifiques qui prouvent les effets nocifs des radiations micro-ondes, déjà à un niveau bien inférieur aux limites actuelles. Message final : « The precautionary principle should be applied²⁵. »

²⁴ Nous avons besoin que vous agissiez immédiatement.

²⁵ Le principe de précaution soit être appliqué.

L'organisateur souligne le lien direct entre la montée exponentielle de l'électrosmog et le nombre croissant de patients souffrant des maladies chroniques. Ce lien est confirmé par plus de 1000 professeurs allemands et médecins qui ont signé l'appel de Freiburg.

Suivi : à la suite de la protestation du Parlement Européen, une séance sur ce thème est organisée en décembre par le docteur Laurent Bontoux, de la Commission UE.

ec.europa.eu/transparency/regexpert/detailGroup.cfm?groupID=2535

Video sur la protestation du PE (sous-titrée) :

youtube.com/watch?v=pd7oyjTtPME >

Texte de la protestation :

stopumts.nl/pdf/EUROPEAN%20ELECTROSMOG%20PRO-TEST%20laatste%20versie.pdf

IX — Influences croisées, « cumul »

La Pollution magnétique aggrave la micropollution

Réf. Info-Diet n° 68, février 1997 (Alex Vicq, extrait)

Cet article cite le Prof. Cyril. W. Smith*, chercheur spécialisé dans les influences organiques des ondes électromagnétiques.

Autrefois, note C. W. Smith, l'allergie concernait la peau et la respiration, mais au cours des dernières années, les réponses allergiques se sont tellement étendues que l'on

peut maintenant parler de « panne d'un système régulateur de l'organisme.

Les patients les plus gravement allergiques ont acquis des réponses allergiques à de nombreuses substances chimiques, environnementales et alimentaires: celles-ci peuvent se compter par dizaines, voire par centaines dans les cas exceptionnels. « Les systèmes vivants utilisent les phénomènes physiques d'une manière beaucoup plus précise que les systèmes conçus par l'homme ».

Les limites généralement reconnues pour tous les systèmes physiques ...peuvent tous influencer sur la structure et le fonctionnement des systèmes vivants.

(...) Certains groupes d'atomes, appelés « radicaux libres », sont indispensables à la chimie permettant aux organismes aérobies de produire leur énergie: mais ils peuvent également interagir vigoureusement avec des champs électromagnétiques.

Or, les vagues brutales de libération de ces radicaux libres par les cellules sont à l'origine de nombreuses maladies graves.

Les ions positifs aidant à les produire, ajoutez à cela des poussières, pollens, acariens bactéries, virus, agents chimiques et ondes électromagnétiques allergéniques, et vous obtenez un environnement domestique ordinaire tout à fait malsain.

Mon expérience

Un exemple parmi d'autres: le fiancé de mon amie parisienne, informaticien, est décédé à Paris de la maladie de Charcot, recroquevillé sous les poutres du plafond et près de son ordinateur, la bicyclette étant garée dans le dégagement: champs EM et ondes de forme.

J'ai rencontré aussi, chez les jeunes « encombrés », des cas de « jambes sans repos », fibromyalgie ou mucoviscidose.

Que dire des cancers du sein chez les personnes utilisant des heures durant une souris d'ordinateur sur un tapis de souris en matière synthétique ? Ce tapis contient un cocktail de produits chimiques biocidiques. Un laboratoire d'analyse a trouvé, dans un extrait de 4 ml de matière, les quantités suivantes, en micro-grammes : formaldéhyde (formol) 1 ; acetaldéhyde 1 ; acroléine (acradéhyde) 6 ; acétone 6.

Remplacer d'urgence par du liège, du carton ou du cuir en couleur naturelle.

ALEXANDRE Rémi, *Votre lit est-il à la bonne place ?*, Mutus Liber, 1995.

ADEY W. R. (Trad. Danze), *Électromagnetic in biology and medicine*, in *Modern Radio Science*, H. Matsumoto, Oxford University Press, 1993.

BANOS André, *La photo Kirlian et ses applications en Médecine Énergétique*, Éditions Dangles, 1997.

BECKER Robert O. & SELDEN Gary, *The Body Electric – Électromagnetism and the Foundation of Life*, Morrow, 1985.

BERGSON Henri (philosophe 1859-1941) *L'évolution créatrice*, PUF, 2007.

BERNET Hélène, *Dialoguer avec la nature*, [Arbre d'Or, 2009](#), [Xenia Éditions, 2010](#).

BERNET Hélène, *À la source de notre vitalité*, Françoise Blouard, 2006

BOSSARD Claude, *Guide pratique au service d'une électricité biocompatible minimisant les pollutions électromagnétiques*, La Ligne Pourpre, 2009

DANZE Jean-Marie, Le Ruz Pierre, Santini Roger, Bousquet M., Mercier J.-L, *Pourquoi et Comment mesurer les champs électriques et magnétiques*, Encre, 1998

DANZE Jean-Marie, *Le système Mora ou le Rationnel en Médecine énergétique*, Marco Pietteur, Liège, collection Résurgence, 2004

- DANZE Jeu-Marie, voir aussi Lannoye (collectif) 1994)
- DEOUX Suzanne et Pierre Drs, *Le Guide de l'Habitat sain*, Medieco Éditions.
- DIEUZAIDE Gérard Dr, Interview de LAYET* Maxence dans NEXUS 74, *Électrohypersensibles* (50-59) .
- FLORIAN Rémi, *Médecin des Murs*, Bio-Espace Coll. Science et Conscience, 2003.
- GERAULT Guillaume et MARY Ronald, *Le Guide de l'aromathérapie*, Albin Michel.
- GIRALT-GONZALEZ José Dr Ing., *La bioloélectronique Pratique*, du Dauphin, 2011.
- HADJO Georges, *Le grand livre de l'effet kirlian*, Trajectoire, 1999.
- JAMIESON Dr Isaac, «Smart Meters – Smarter Practices», 265 p (UK RRT, radiationresearch.org).
- KAREN-WERNER Michèle, *L'alimentation vivante — Le Miracle de la Vie*, Vivez Soleil, 1989.
- KINGSTON Karen-PIED Sylviane, *L'Harmonie de la Maison par le Feng Shui*, Poche, 2003.
- KIRSCHVINCK J. L., KOBAYASHI A.-KIRSCHVINCK-WOODFORD B., *Magnetite Biomineralization in the Human Brain*, Proc. Natl. Acad. Sci. USA. Vol. 89, pp. 7683-7687, 1992.
- LANNOYE Paul (Collectif) député européen hon.) et alia, *La pollution électromagnétique et la santé: vers une maîtrise des risques*, Frison-Roche, 1994.
- Ce livre reprend les interventions des orateurs lors du colloque Nuisances dues au rayonnements non ionisants organisé à l'initiative de Paul Lannoye par le Groupe des*

Verts au Parlement européen les 5 et 6 juillet 1993: Françoise Nemry, Cyril W. Smith, Roger Santini, Pierre Le Ruz, Jocelyne Leal, Ulrich Warnke, Mark Payne, Jean-Marie Danze, Brigitta Floderus, Jørgen H. Olsen, Martino Grandolfo.

Voir aussi *Téléphonie mobile et autres ouvrages sur le site:*
www.paullannoye.be/publications.php

LAYET Maxence, GOUHIER Catherine, RIVASI Michèle, *Survivre au téléphone mobile et aux réseaux sans fil*, Courrier du livre, 2009.

LAYET Maxence, *Électrohypersensibles: des solutions émergent* — Revue NEXUS n°74, 50-56).

LEGRAIS Boune et ALTENBACH Gilbert, *Tout ce que l'on vous cache sur les Hyperfréquences*, Dangles, 1990.

LEGRAIS Boune et ALTENBACH Gilbert, *Santé et Cosmotellurisme*, Dangles, 1984: ré-ed. 2010.

LIM Jes Prof. *Le Feng Shui et la Santé — Conseils pratiques*, Vivez soleil 2002.

REEVES Hubert, *L'heure de s'enivrer — l'Univers a-t-il un sens?*, Vivez soleil.

SANTINI Roger Dr, DANZE Jean-Marie, SEIGNE Marius, LOUPE Benoît, *Guide pratique européen des pollutions électromagnétiques de l'environnement*, Collection Résurgence, Marco Pietteur 2000.

Nombreux exemples de cas concrets.

SANTINI Roger Dr, *Notre Santé face aux champs électriques et magnétiques*, Sully, 1995.

SANTINI Roger, Dr, *Téléphones mobiles cellulaires et stations relais, Les risques pour la santé, Arguments scienti-*

fiques et conseils pratiques, Marco Pietteur, Résurgence, 1988 (Liste de coopérateurs scientifiques, p. 207).

SCHRODINGER Erwin, *What is Life*, [Dublin Institute for Advanced Studies](#), 1944.

SCHWARTZ Andrew, *Nature*, DOI: 10.1038/nature06996, dans un article de FERRIS Jabr *Mind-controlled robotic arm to help amputees*, in *New Scientist* du 28 avril, 2011.

SHALLIS Michael, *Le Péril Électrique. Les Dangers Méconnus de l'Électricité*, l'Âge du Verseau, 1989.

SMITH Cyril-W, BEST Simon, DANZE Jean-Marie, *L'Homme électromagnétique*, Marco Pietteur, 2002.

SURBECK Jacques, *L'art de vivre sain*, Extraits adaptés d'un entretien avec le Dr BODIN Luc, oncologue *La nocivité des radiations électromagnétiques pulsées est maintenant prouvée*, in *Principes de Santé*, n° 25, juillet-août 2010.

UGUEN Jean, *Seul le Vivant peut détecter le Vivant — la Vie dans son essence est une information*, *Votre Santé*, n° 14, juillet 2011.

Au moment de la rédaction, les sources sitographiques sont valides sur internet. Mais la toile est volatile, les sites peuvent disparaître, les hébergements peuvent déménager, et parfois, c'est la censure qui s'en mêle. N'hésitez pas, dès lors, à procéder à vos propres recherches, par exemple en copiant le lien donné dans le moteur de recherches Google.

I — ORGANISATIONS

INFORMATION GÉNÉRALE OU LOCALE, COMBAT, SOLUTIONS

Voici les principales organisations dont les sites transmettent des informations au jour le jour.

NEXT-UP [<http://www.next-up.org/NewsOfTheWorld/BioInitiativeIntro.php>](http://www.next-up.org/NewsOfTheWorld/BioInitiativeIntro.php)

Organisation non gouvernementale, militante, référence incontournable pour l'actualité et les archives scientifiques et techniques (son archive met à disposition le résumé de centaines d'ouvrages pertinents). Ce site présente aussi des protections pour les personnes EHS et organise des «zones blanches». Depuis la mise en application du décret 2011-882, un tel site doit n'être accessible qu'aux abonnés et donateurs, munis d'un mot de passe. En conséquence, une adhésion (aide) et un don symbolique d'un montant d'un euro sont demandés pour l'abonnement aux *Next-up News* et l'octroi d'un mot de passe, nécessaire pour certaines informations.

ROBIN DES TOITS [<http://www.robindestoits.org/>](http://www.robindestoits.org/)

Association française écologiste, spécialisée dans les dangers du rayonnement des nouvelles technologies et l'approche technique de la réalité des Sans Fil. Milite pour la sécurité des populations exposées.

PRIARTEM <<http://www.priartem.fr/>>

Pour une réglementation des implantations d'antennes relais et de téléphonie mobile.

II — SITES

INTRODUCTION

L'électricité, bonne et mauvaise fée

<www.artac.info>

<www.next-up.org>

L'électro-hypersensibilité (EHS), syndrome neurologique

Bonnes nouvelles

Next-up News 1774, voir site <www.next-up.org>

Next-up News N° 1792 NCBI Hyper sensibilité électromagnétique: Les nouvelles preuves scientifiques du Syndrome Neurologique. <www.next-up.org/NewsOfTheWorld/Database_CEM_EMF.php#1>

Reconnaissance officielle

<http://next-up.org/NewsOfTheWorld/BioInitiativeIntro.php>

Et 2012 ? Généralisation, en France (et ailleurs) du bain radiatif

Téléphonie mobile

<www.next-up.org>, 18-10-2011

<www.next-up.org/France/LTE.php>

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Les compteurs électriques «mouchards» et leur filtre CPL

www.next-up.org, mot-clef « Linky ».

Next-up News 30 septembre 2011, voir site www.next-up.org

Les radars routiers

www.liguedesconducteurs.org/

Pourquoi cet ouvrage ?

www.iga-asso.net/

<http://bio-espace.com>

MESURE ET DÉTECTION

Suis-je perturbé(e) ? Un test postural

www.institut-europeen-posturologie.fr

Suis-je perturbé(e) par l'électricité chez moi ?

L'influence de l'environnement

www.cartoradio.fr

Mesurer, détecter ou évaluer

www.medicco.info/pages/page-quemesurer.php

Champs électriques et électromagnétiques

www.environmental-expert.com/technology.aspx?word=kombitest

www.hellopro.fr/testeurs-de-phases-2011285-fr-1-feuille.html

Gammes et kits

www.gigahertz-solutions.fr

www.cereb.be

www.bio-espace.com

Les analyseurs de spectre radio-fréquences

<http://ubnt.com/airview/downloads>

[<www.metageek.net/products/wi-spy/>](http://www.metageek.net/products/wi-spy/)

Aspects pratiques

[<http://eakiu.com>](http://eakiu.com)

En savoir plus sur les analyseurs de spectre

[<http://en.wikipedia.org/wiki/Spectrum_analyzer>](http://en.wikipedia.org/wiki/Spectrum_analyzer)

[<http://fr.wikipedia.org/wiki/Analyseur_de_spectre>](http://fr.wikipedia.org/wiki/Analyseur_de_spectre)

Manifester l'effet biologique d'une influence

www.arbredor.com/bernet-helene/voir-tous-les-titres

Morathérapie (appareil MORA)*

[<www.naturopathe.com/EAV-FR/info-patient01.htm>](http://www.naturopathe.com/EAV-FR/info-patient01.htm)

Électrographie (appareil à effet Kirlian)

[<www.kirliancamera.com/>](http://www.kirliancamera.com/)

Pouls de Nogier : de la médecine informative à la biologie numérique

[<www.pulsology.com>](http://www.pulsology.com)

Kinésiologie : la santé par le toucher

[<www.kinesiologie-bruxelles.be/touch-for-health>](http://www.kinesiologie-bruxelles.be/touch-for-health)

[<www.kinesiologie.fr>](http://www.kinesiologie.fr)

TESTER À MAIN NUE, PAR ET POUR SOI-MÊME

Dialoguer avec la nature, [Arbre d'Or, 2009](#), [Xenia Éditions, 2010](#), pp. 31-72, voir note 6.

Comment est-ce possible ?

Le sens réflexe, notre survie

[<www.sois.fr>](http://www.sois.fr)

Le sens réflexe conscient repose sur l'« écoute »

Dialoguer avec la nature, [Arbre d'Or, 2009](#), [Xenia Éditions, 2010](#).

Précautions pour un ressenti fiable

Si ce ressourcement ne suffit pas...

www.vielharmonie.de/en/seminars/lim/lim.php

www.feng-shui.com/en/dr-lim.html

ÉLECTRICITÉ ET BIEN-ÊTRE

Quelques précautions générales

www.youtube.com/watch?v=nj5DjjaYW5o

Précautions personnelles

www.cereb.be

www.geobiologie.be/la-geobiologie/lantenne-de-lecher

L'HABITAT: CHAMPS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES

Et en voyage ? Hôtel, location

www.cartoradio.fr

HABITAT: L'AMÉNAGEMENT

Appareils

Et si les bébés n'en reçoivent pas encore assez

[http://www.sante.cfwb.be/fileadmin/sites/dgs/upload/dgs_super_editor/dgs_editor/documents/Publications/Promotion de la sante - prevention/msn.pdf](http://www.sante.cfwb.be/fileadmin/sites/dgs/upload/dgs_super_editor/dgs_editor/documents/Publications/Promotion_de_la_sante_-_prevention/msn.pdf)

Lampe fluo compacte et dégénérescence maculaire

[www.next-up.org/pdf/LFC et Degenerescence Maculaire 06 2009.pdf](http://www.next-up.org/pdf/LFC_et_Degenerescence_Maculaire_06_2009.pdf)

Le bureau

www.artdevivresain.over-blog.com/article-les-ecrans-source-de-pollution-electromagnetique-probleme-et-solution-55549869.html

Le salon

La télévision

[<http://home-cinema.comprendrechoisir.com/>](http://home-cinema.comprendrechoisir.com/)
[<www.isnm.de/content/mcluhan/research.html>](http://www.isnm.de/content/mcluhan/research.html)

E-REMÈDES

L'or, l'aluminium et le germanium

[<www.soleil-levant.org>](http://www.soleil-levant.org)

Les plantes sont nos amies

[<www.plantes-depolluantes.com>](http://www.plantes-depolluantes.com)

Libérer

[<www.medicines-douces.com/schultz.htm>](http://www.medicines-douces.com/schultz.htm)

[<www.jeanpierremaschi.com>](http://www.jeanpierremaschi.com)

[<www.next-up.org/NewsOfTheWorld/EHS_Decharge.php>](http://www.next-up.org/NewsOfTheWorld/EHS_Decharge.php)

ÉTUDES DE CAS

I – Mon aventure dans les champs et les ondes

La désensibilisation 1993-1994

[<www.delprana.com/categorie,points-de-knap,4717547.html>](http://www.delprana.com/categorie,points-de-knap,4717547.html)

IV – Le carrelage irradie : récit d'une mésaventure

[<www.annuaire-bien-etre.info/quantumbiofeedback/index.php?num_page=2>](http://www.annuaire-bien-etre.info/quantumbiofeedback/index.php?num_page=2)

V – Solutions par l'énergétique

Un château en Allemagne

[<www.editions-triades.com/marko-pogacnik-art806.html>](http://www.editions-triades.com/marko-pogacnik-art806.html)

ANNEXES

Les champs, les ondes et nous

Systèmes vivants, systèmes ouverts

www.etopia.be

L'information publique

www.lachambre.be

Électrohypersensibilité, syndrome neurologique

www.next-up.org/NewsOfTheWorld/Database_CEM_EMF.php#1 du 25-8-11>

http://www.next-up.org/pdf/NCBI_Pub_Med_Hyper_sensibilite_electromagnetique_Les_nouvelles_preuves_scientifiques_du_Syndrome_Neurologique_28_07_2011.pdf>

Électrohypersensibles

www.anfr.fr

www.arsitra.org/yacs/files/article/482/GDVjfr.pdf

Données techniques et historiques

II – *Installation électrique saine (électrobiologique)*

www.ki.se

www.electromagnetique.com

www.bio-espace.com

www.lemarchecitoyen.net/annuairecommercants

www.emf-bioshield.com

www.emf-bioshield.com/publicationsfr.html

www.electrosmogprotec.com/Electrosmog.htm

www.etudesetvie.be

www.cereb.be

www.domestia.be/

Le circuit électrique

www.kenzai.fr/

III – *Les pollutions électriques, les limites conseillées en basses fréquences.*

En Belgique:

www.teslabel.be/juridique/203

IV — Irradiation des aliments

Censure de la censure

www.menschenrechte.ac.at/orig/98_4/Hertel.pdf
<http://merlin.obs.coe.int/iris/1998/10/article3.fr.html>

VII — Téléphone cellulaire (mobile, GSM, pocket phone)
et antennes-relais

1. Normes de sécurité

www.next-up.org/Newssoftheworld/Photonique.php#1
www.next-up.org/France/Le_Village_des_Possibles.php
www.lemonde.fr/cgi-bin/ACHATS/acheter.cgi?offre=ARCHIVES&type_item=ART_ARCH_30J&objet_id=1162882&clef=ARC-TRK-NC_01
www.next-up.org/Newssoftheworld/DAS_SAR.php

2. Actions de PRIARTEM

www.priartem.fr

3. Et les enfants : une action de Robin des Toits

www.robindestoits.org/_a1251.html

4. Questions de santé publique

Quelques arrêtes de justice nationale

www.next-up.org/Newssoftheworld/2011.php

5. Mode d'emploi

www.lejdd.fr/Societe/Actualite/L-appel-des-vingt-contre-le-portable-91489/
www.next-up.org/Newssoftheworld/ConseilsUtilisationTM.php
www.legifrance.gouv.fr

6. Téléphonie 4G : nouvelles antennes radiatives

www.next-up.org/France/LTE.php

VIII – *Les compteurs électriques «intelligents»*

2. *Mais des questions se posent*

www.ve3ncq.ca/wordpress/?page_id=10

Next-up News 1820, voir site www.next-up.org.

www.newswithviews.com/Devy/kidd507.htm

Next-up News 1819, Éd. spéciale ERDF Linky. Dossier complet et Actions : voir site www.next-up.org.

3. *Pourquoi les compteurs intelligents suscitent-ils la polémique ?*

Next-up News Nr 1844.

Linky : Communiqué de Presse. Voir site.

L'atteinte à la vie privée

www.next-up.org/images/Smart_Meter_Graph_Screen_Spy_Explanatory.jpg

5. *Résistance des usagers*

www.next-up.org

<http://www.nytimes.com/gwire/2011/01/05/05greenwire-calif-county-criminalizes-smart-meter-install-66649.html>

6. *Action du Parlement européen*

www.radiationresearch.org

<http://ec.europa.eu/transparency/regexpert/detailGroup.cfm?groupID=2535>

www.youtube.com/watch?v=pd7oyjTtPME >

<http://stopumts.nl/pdf/EUROPEAN%20ELECTROSMOG%20PROTEST%20laatste%20versie.pdf>

Table des matières

INTRODUCTION

Je fus électro-hypersensible	5
Le corps humain est magnétique, électrique et récepteur	5
Le stress oxydatif (stress oxydant)	6
L'électricité, bonne et mauvaise fée?	8
Les bons effets	8
Électrothérapie	8
Magnétisme et galvanisme	8
Mais la médaille a un revers	9
L'électrosmog et nous	10
Problèmes d'information	11
La santé publique est en jeu	12
Un fait divers	13
Mon aventure	14
Quelques interprétations	15
L'électro-hypersensibilité (EHS), syndrome neurologique	15
À qui la faute?	16
Bonnes nouvelles	17
Reconnaissance officielle	17
Une technique non invasive	19
Certaines parades sont déjà en notre pouvoir	19
L'invalidité reconnue juridiquement dans un pays européen ..	20
Une médecine de l'environnement?	20
Une technique de décharge	21
Et 2012 : généralisation, en France et ailleurs, du bain radiatif? ..	22
Vers une limitation des pouvoirs du maire sur les antennes- relais?	22
Téléphonie mobile	22
Clash à Paris: Relèvement unilatéral du plafond convenu ..	22
Téléphonie 4G: nouvelles antennes radiatives	23
Les compteurs électriques mouchards et leur filtre CPL	25
Les radars routiers	26

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Réf.: Enquête nationale sur la sécurité routière	26
L'entretien des routes est sacrifié.....	27
Ainsi que la prévention dans les écoles	27
Pourquoi cet ouvrage?	28
Des formations complètes sont offertes	29
Deux exemples parmi d'autres:.....	29

MESURE ET DÉTECTION

Savoir pour prévenir — ou guérir.....	30
Les installations domestiques.....	30
L'environnement radiatif en évolution.....	30
Évaluer la pollution	30
Suis-je perturbé(e)? Un test postural	30
Suis-je perturbé(e) par l'électricité chez moi?.....	31
Nous ne sommes pas tous égaux face à ces phénomènes.....	31
Si vous avez un soupçon, pour savoir: disjonctez!	32
L'influence biologique peut être observée	32
L'influence de l'environnement.....	33
Première précaution: mise à la terre.....	34
Mesurer, détecter ou évaluer.....	34
Les champs magnétiques	35
Champs électriques et électromagnétiques	36
Tableau des fréquences	37
Gammes et kits	38
Les analyseurs de spectre «radio-fréquences».....	39
Analyseurs classiques.....	39
Analyseurs pour ordinateur portable	40
Wi-Spy de Metageek.....	40
Analyser le signal GSM et WiFi	41
Aspects pratiques.....	41
En savoir plus sur les analyseurs de spectre.....	41
Recours à l'électricien patenté.....	41
Le corps, au-delà des appareils	42
Jean Uguen enfonce le clou.....	42
Manifester l'effet biologique d'une influence.....	43
Morathérapie (appareil MORA)	44

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Électrographie (appareil à effet Kirlian)	45
Cristallisation sensible (thésigraphie)	46
Statigraphie (test postural)	47
Pouls de Nogier: de la médecine informative à la biologie numérique.	48
Kinésiologie: la santé par le toucher	48
Premier test autonome: le ballon virtuel	49
Le ballon virtuel, « alerte énergétique »	49
Nous partageons ce don de naissance avec tout le vivant ..	50

TESTER À MAIN NUE, PAR ET POUR SOI-MÊME

Comment est-ce possible ?	52
Le sens réflexe, notre survie	52
Exercer le sens réflexe	53
Le corps-antenne	55
Le sens réflexe conscient repose sur l'écoute	56
Un éveil	57
Un réveil	58
Principes de l'entraînement proposé	59
Comment pratiquer les tests ?	59
Le test du bras	61
Une alerte énergétique	61
... et un panneau indicateur	61
Le test de la main ou des doigts	62
Le champ de conscience	62
Faire équipe	63
Pratique: j'écoute ma main	63
Étape « pour moi »	64
Étape « association » de deux éléments (ou « affinité »)	65
Étape « accord » (besoin ou tolérance) pour telle personne	66
Étape « Nuances »	67
Précautions pour un ressenti fiable	67
Avant chaque séance d'entraînement	68
Si ce ressourcement ne suffit pas	69
Au long cours	70
Pour aller plus loin	71

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

QUE FAIRE EN CAS DE SURCHARGE DE CHAMPS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES ?

Électricien	72
Aménagement intérieur	72
Sans ménagement	73
Facteurs personnels	73
Conclusion provisoire	73

ÉLECTRICITÉ ET BIEN-ÊTRE

Quelques précautions générales	74
Limiter les champs EM	74
Une veilleuse coûte et pollue	74
Définir l'essentiel	75
Nouvelle protection à large spectre dans les hautes fréquences	75
Protections métalliques du lieu de sommeil	76
Limites inférieure et supérieure	76
Précautions personnelles	77
Ouvrages dentaires	77
Vêtements et accessoires	77
Prudence	77
Naturel ou artificiel, ça va !	79
Synthétique, on n'en veut pas !	79
Montres et bijoux	79
Même l'or et l'argent méritent un test	80
Décharger	81
Les semelles orthopédiques	81
Mobiles et mobilité	82
Téléphone cellulaire	82
TGV	82
Loisirs	82
Facteurs externes	84

L'HABITAT : CHAMPS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES

Choix du lieu de résidence permanente	86
Pour un habitat existant : état des lieux	86

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Normes.....	87
Priorité: une bonne mise à la terre	88
<i>C'est une question de sécurité</i>	88
<i>C'est une question de bien-être et de santé</i>	88
<i>Les fils de rallonge</i>	89
L'équipement électrique.....	89
Qualité	89
Usage.....	90
Mise à la terre	90
Câbles électriques	90
La phase et le neutre.....	90
Le bois est conducteur de champs électromagnétiques	91
Les champs électrostatiques	91
<i>Pour limiter les champs électrostatiques</i>	92
<i>Netteté et simplicité des assemblages</i>	93
Les vitres et les hautes fréquences.....	93
Rééquilibrer l'habitat	94
Problèmes résiduels et modulation de fréquences	94
L'ambiance électromagnétique au quotidien	95
Importance des multiples cofacteurs environnementaux	95
Relais.....	96
L'ameublement est un facteur important	98
Les formes: amplifient, focalisent, dévient ou atténuent les champs EM.....	98
Effets passe-muraille	100
Les voies de communication.....	100
La mémoire.....	101
Le philharmonique	102
Facteurs personnels	102
Combinaisons futées — et avec des plantes	103
Et en voyage? Hôtel, location	103
Avant de partir	104
Éviter si possible les périodes de pointe.....	104
Préparer ou négocier	104
<i>Pour éviter les antennes-relais</i>	104
<i>Disjoncter la nuit</i>	104
<i>Emporter un petit testeur de poche (Magnetic Alert?)</i>	104

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Les autoroutes et les aires d'arrêt	104
Sur place	104
Le lit et l'énergie ambiante	104
Couper la nuit le courant électrique	105
Attention WiFi	105

HABITAT : L'AMÉNAGEMENT

La chambre et autres aires de repos	106
L'installation électrique : un choix	106
Disjoncter sélectivement les chambres à coucher	106
Variantes : veilleuse basse tension, télécommande	106
Pour le bricoleur averti : une prise télécommandée	107
Pourquoi prendre tout de même d'autres précautions ?	108
Literie	108
Mesurer les champs	108
L'oreiller	108
Cloison et tête de lit	109
Choisir cadre, sommier et matelas non métalliques.	109
Pour le matelas	109
Ne ranger sous le lit	110
Les couvertures chauffantes	110
Les lits à eau	110
Orientation	110
Appareils	110
Lampes de chevet	111
Radio-réveils et réveils électriques à affichage digital.	111
Babyphone	111
Et si les bébés n'en reçoivent pas encore assez	111
Lampe fluo compacte et dégénérescence maculaire.	113
Conclusion	114
Le bureau	114
Se protéger face aux petits écrans	115
La nocivité des radiations EM pulsées est prouvée	115
Risques non assurés	115
Une protection législative paradoxale	116
Les radiations	116

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

L'informatique	117
Des précautions élémentaires.....	117
Les écrans cathodiques	117
Les écrans plats.....	118
Il existe des protections pour écrans	118
Émissions fluctuantes, facteurs multiples	118
Bloc logique, souris, clavier, imprimante	118
Poste de travail	119
Il comporte souvent plusieurs appareils	119
Siège prétendu « ergonomique »: avec pivot sur cinq roulettes articulées	120
Les petits souliers	120
La cuisine	121
Frigorifique.....	121
Les plaques à induction.....	121
Four à micro-ondes ?	121
Pourquoi ?	122
Information relative au four à micro-ondes.....	123
Enquête: ignorance et désinformation.....	124
Testez vous-mêmes	124
Le salon	125
La télévision	125
Effet physique	125
Les jeunes et la télévision.....	125
Que faire ?.....	126
<i>Un emploi du temps</i>	126
<i>Adopter une technique douce</i>	126
<i>En attendant</i>	126
Meubles à structure métallique.....	127
L'éclairage.....	127
Les luminaires et leurs champs	127
<i>Tubes fluorescents</i>	127
<i>Lampes et ampoules halogènes</i>	128
<i>Une bonne enceinte lumineuse</i>	129
<i>Précautions</i>	130
<i>Ampoules « économiques » fluorescentes</i>	130
<i>Lampes-spots avec réflecteur métallique interne</i>	130
Équilibre: combinaisons et harmonisants.....	130

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

La cave et le grenier	131
Exemples	131
Pour action	131
Conclusion	132
S'il vous reste un doute sérieux sur votre habitat	132

E-REMÈDES

Protéger	133
L'ambre, le plomb, l'aluminium, l'alun (de potassium), le sel	133
Pour les appareils : pierres, potasse, sel, baies de laurier, plantes.....	135
Des pierres « éponges »	135
Ordinateur, alun et sel de table font très bon ménage ...	135
Au fait, et le savon d'Alep ?	136
L'or, l'aluminium et le germanium.....	136
Les plantes sont nos amies.....	137
Libérer	138
Eau et air en abondance	138
Le sel	138
Exercices pour la circulation de l'énergie	139
Mise à la terre personnelle.....	139
Décharge avec prise de terre séparée	140
Détox.....	141
Soulager	143
Par les huiles et élixirs	143
Renforcer au quotidien.....	144
Aliments vivants	144
Aliments soufrés.....	145
Entretien du mental	146
Si vous vous sentez malgré tout fatigué.....	146
En cas de pollution nucléaire.....	147
Les aliments	147
Emplâtres.....	147
Antidotes	148
Radio-pollution d'un marron en bogue	148

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Et la force du mental dans tout cela?.....	148
Le mental peut donner la mort ou la vie	148
Le mental protecteur	149
Les prieurés d'Hiroshima	149
La marche sur le feu	149
<i>Et pourquoi pas nous tous, au quotidien?.....</i>	150
Aïkido, CNV (Communication Non Violente) et environnement.....	150
Pour terminer sur une feuille de route	151

ÉTUDES DE CAS

I — Mon aventure dans les champs et les ondes	153
Remarques liminaires	153
Ma constitution	153
Électrosensible ou sensitive?	153
Ma sensibilisation, 1991-1993	154
Comprendre : maladie ou accident?	154
Comment et pourquoi devient-on électro-sensible?	154
<i>La surdose de ma voisine Martine</i>	155
<i>Quelle fut ma surdose?</i>	155
Les sources de problèmes	156
Antécédents	156
<i>Possible lointain co-facteur?</i>	156
<i>Antécédent professionnel</i>	156
<i>Influences chroniques.....</i>	157
1990-1993 Dentisterie.....	158
Incidents personnels	159
<i>En mars 1993, radio Vatican.....</i>	159
<i>En juillet 1993, France-Telecom.....</i>	159
Événements mondiaux	160
1991-1993 Pollution collective	160
1993: Constats	160
<i>Malformation ou aberration de végétaux</i>	160
<i>L'eau de mon puits semble déplaire au potager.....</i>	161
<i>Quelques détails.....</i>	161
Paroxysme.....	162
La désensibilisation 1993-1994	163

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

La survie par l'évitement	163
Harmonisation par les sons	164
Aliments et compléments	164
Mode de vie et exercices corps-esprit	165
Protection	165
Maison en Côte d'Or: solution progressive	166
<i>Les Pollueurs et ma prise de terre</i>	166
<i>EDF a décidé l'année suivante d'accélérer son programme</i>	166
La morathérapie	167
Retour à Bruxelles	167
Contrôle	168
Novembre 1993: presque rétablie	168
Autre cure fin novembre, début décembre 1993	169
Fin décembre 1993: l'épreuve	169
1994-1995 Autres traitements homéopathiques	169
Avril 1994, jeûne de 11 jours	170
Mai 1994, vérification technique	170
Juin 1994, à Paris	170
Depuis lors	171
II — Les «jambes lourdes» Deviennent des «sacs à eau»	171
Symptômes	171
Diagnostics	171
Par analyse vibratoire (appareil Physioscan)	171
Par analyse du sang (laboratoire)	172
Poste de travail informatique, temporairement hors normes	172
Conseils reçus de différentes instances	173
Physiques	173
Alimentaires (suivis)	173
Le meilleur: un emplâtre spécifique	173
La chimie bénéfique	174
Les formes et l'environnement	174
III — Polarité cancer /allergie	174
L'énergie d'un lustre	174
La chambre n'est pas idéale	174
La salle à manger réserve une surprise	175
Pourquoi?	175

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Remèdes ?	175
Conclusion	176
Le lendemain, une ceinture	176
Conclusion	177
IV — Carrelage radiatif: récit d'une mésaventure	177
Témoignage ET futur problème de santé publique ?	177
30 juin 2011, communiqué	177
Le lendemain	178
Carrelage radio-actif ?	179
V — Solutions par l'énergétique	179
...et l'imagination créatrice ?	179
Un château en Allemagne	180
TGV en Morvan	180
Et autres.....	181

ANNEXES

Note liminaire.....	182
Les champs, les ondes et nous	182
La pollution électromagnétique (EM) dérange les appareils	182
Et le Vivant ?	183
Stabulation et haute tension.....	183
La reproduction de l'espèce ?	183
Champs électromagnétiques	183
Notre cerveau est magnétique, l'ADN est conducteur.....	184
Systèmes vivants, systèmes ouverts	185
<i>Deux prix Nobel de chimie</i>	185
<i>L'Association Internationale de Radioprotection</i>	186
Effets spécifiques de certains types de champs.....	186
<i>Les champs statiques</i>	186
<i>Les courants induits</i>	187
<i>Les champs à moyenne fréquence</i>	188
L'information publique.....	188
<i>L'action des champs EM est graduellement reconnue</i>	189
Électrohypersensibilité, syndrome neurologique	192
<i>EHS: une étude scientifique</i>	192

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

Discussion	194
<i>Conclusion</i>	194
<i>Électrohypersensibles</i>	194
<i>Conseils du Dr Gérard Dieuzaide</i>	196
La médecine	196
Données techniques et historiques	197
I — Les Normes	197
Champs EM, la Suède pionnière	197
Les ordinateurs	199
<i>Normes suédoises</i>	199
<i>Constat: depuis lors</i>	199
II — Installation électrique saine (électrobiologique)	200
La pratique: voir aussi « études de cas »	200
Quelques références:	200
L'installation électrique en général	201
Le circuit électrique	204
<i>Arrivée du câble</i>	204
<i>Tableau électrique (tableau de répartition)</i>	204
<i>Éléments du tableau</i>	204
<i>Disjoncteurs différentiels à haute sensibilité</i> <i>(10 mA, 30 mA à 300 mA)</i>	205
<i>Les fusibles ou disjoncteurs automatiques</i>	205
<i>Le bornier de terre</i>	205
Câbles blindés	206
Ballast électronique (« descintillateur ») pour tubes fluorescents	206
III — Les pollutions électriques, les limites conseillées en basses fréquences	207
Comment définir le seuil de sensibilité?	207
Unités de champ magnétique:	207
Un bon exemple: une commune française passe au 0,6 V/M	208
Ces décisions ne sont pas isolées	209
Toutefois	209
En Belgique	211
IV — La voiture	211
V — Les ioniseurs d'air ambiant	212
Quelles sont les qualités techniques d'un bon ioniseur? ..	212

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

VI — L'irradiation des aliments	212
1. Constats	212
2. Officiellement : la main sur le cœur	213
<i>En clair</i>	214
3. Fours à micro-ondes	214
<i>Effet des fours à micro-ondes sur les aliments et la santé</i> ..	214
<i>Censure</i>	215
<i>Censure de la censure</i>	215
<i>Arrêt de la Cour européenne des Droits de l'Homme</i> ..	215
<i>Commentaires</i>	216
VII — Téléphone cellulaire (mobile, GSM, pocket phone) et antennes-relais	216
1. Normes de sécurité	217
<i>DAS, dose réputée acceptable</i>	217
<i>Une transmission « propre » est possible : innovation technologique</i>	217
<i>Un test grandeur nature</i>	218
<i>Votre téléphone portable fait-il partie des bons élèves en matière de radiofréquences ?</i>	219
2. Actions de PRIARTEM	221
<i>Pétition historique</i>	221
<i>Quel contrôle social ?</i>	225
3. Et les enfants ? Une action de Robin des Toits	225
4. Questions de santé publique	228
<i>En résumé, aspects scientifiques</i>	229
<i>Aspects pratique : expérience des éco-géobiologues</i>	230
<i>Quelques effets du GSM</i>	230
<i>L'OMS et les radio-téléphones (GSM)</i>	231
<i>Quelques arrêts de justice nationale</i>	232
<i>Antennes Relais SFR Cour d'appel de Montpellier, arrêt du 15-09-2011</i>	232
<i>Arrêt du Conseil d'État belge du 23 décembre 2010</i> ..	233
5. Mode d'emploi	233
<i>Conseils d'application immédiate</i>	233
<i>Douze conseils élémentaires de prévention</i>	234
6. Téléphonie 4G : nouvelles antennes radiatives	238
VIII — Les compteurs électriques intelligents	239
1. Avantages allégués	239
2. Mais des questions se posent	240

VIVRE AVEC L'ÉLECTROSMOG

<i>Technologies</i>	240
<i>La technologie canadienne: la transmission par ondes radio 902-928 MHz</i>	241
<i>Technologie française: Linky, la transmission par CPL (Courant Porteur en Ligne)</i>	242
<i>Le lancement de Linky en France</i>	243
3. Pourquoi les compteurs intelligents suscitent-ils la polémique ?	244
<i>L'aspect financier de l'opération</i>	244
<i>Le caractère obligatoire de la mesure</i>	245
<i>L'atteinte à la vie privée</i>	246
<i>Les risques au niveau de la santé et de la sécurité</i>	247
4. Non respect d'une directive européenne	247
5. Résistance des usagers	248
<i>USA</i>	248
<i>Canada</i>	250
<i>France</i>	250
<i>L'association Robin des Toits interpelle la ministre de l'Écologie</i>	250
<i>La Ville de Paris rejette la décision ministérielle</i>	250
6. Action du Parlement européen	252
<i>Protestation du Parlement UE et suivi par la Commission UE</i>	252
IX — Influences croisées, « cumul »	254
<i>La Pollution magnétique aggrave la micropollution</i>	254
<i>Mon expérience</i>	255
BIBLIOGRAPHIE	257
SITOGRAPHIE	261



© Arbre d'Or, Genève, décembre 2011
<http://www.arbredor.com>

Photos de couverture : © Héléne Bernet.

Composition et mise en page : © ARBRE D'OR PRODUCTIONS