

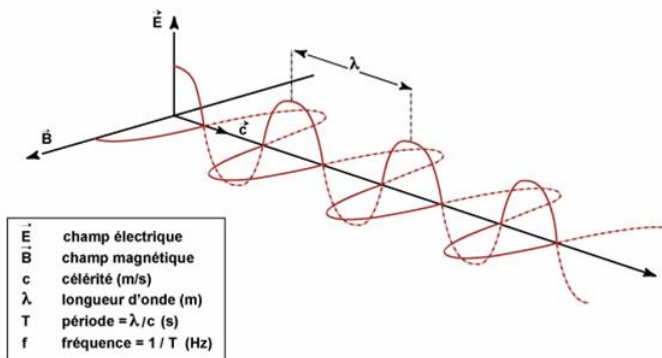
## Les Ondes Electromagnétiques (OEM)

En 2018, il n'existe plus beaucoup de gens qui ne soient pas informés sur ce qui concerne les Ondes Électromagnétiques (OEM), leurs sources et leurs effets sur la santé. Cet article n'est pas une énième version sur ce sujet mais vous aidera à comprendre et à faire les bons choix.

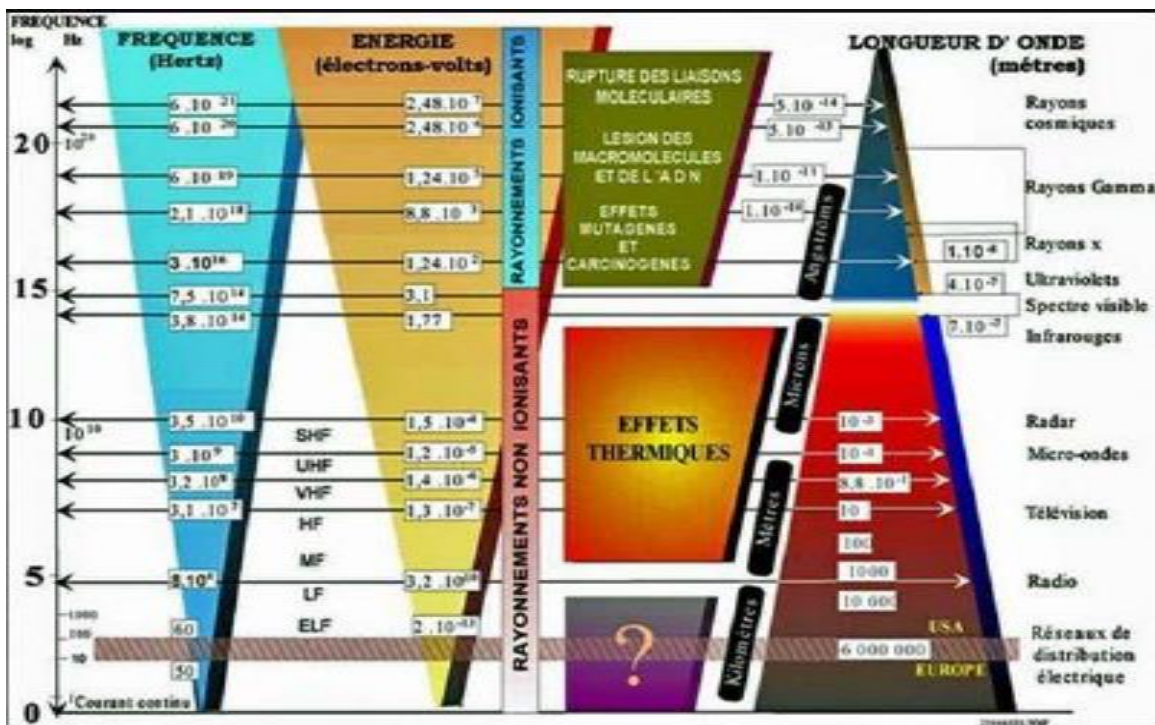
### Définitions :

#### Les ondes électromagnétiques

Une onde électromagnétique comporte à la fois un **champ électrique** et un **champ magnétique oscillant à la même fréquence**. Ces deux champs, perpendiculaires l'un par rapport à l'autre se propagent dans un milieu selon une direction orthogonale (figure ci-dessous). La propagation de ces ondes s'effectue à une vitesse qui dépend du milieu considéré.



[Source](#)





La mesure en Hertz (Hz) désigne la même unité de mesure que pour la fréquence de votre radio FM. En fonction de la fréquence, vous savez écouter votre station radio préférée (France Inter, NRJ, ...). C'est pareil dans la nature. Les rayonnements non ionisants ne sont pas dangereux pour la santé.

La mesure en Volt par mètre (V/m) que l'on voit régulièrement dans les articles pour les objets électriques ou connectés désigne l'intensité du champ électrique en fonction de votre distance d'exposition à cet objet. Plus vous vous tenez à distance, mieux c'est.

**L'électrosmog** (Le smog veut dire brouillard en Anglais) désigne la nuée de fréquences radio qui circulent dans notre environnement. Plus fort que l'eau et le vent, elles passent partout en tout lieu. Le plus drôle, c'est que nos objets connectés en diffusent mais là où le problème se pose, c'est que leur impact sur la santé n'est pas connu par le grand public.

Une application smartphone vous permet de le voir à présent : [Architecture of radio](#)

### Les seuils de tolérance et les risques pour l'organisme :

C'est là que le bât blesse : du fait que peu d'informations circulent sur le sujet, les spéculations les plus folles se font. Comment faire la part du vrai du faux ?

La réponse est simple : le vivant pour fonctionner utilise aussi les fréquences électromagnétiques pour fonctionner. Comme pour un micro audio, l'effet Larsen (un signal parasite) détraque le son et nous fait mal aux oreilles. Imaginez la même chose mais au niveau de vos cellules.

Heureusement, toutes les fréquences ne sont pas mauvaises. Simplement, certaines sont réservées au bon fonctionnement de notre habitat et de notre santé.

Le problème actuel réside sur deux choses :

- L'utilisation de fréquences jusqu'ici inutilisées et dont les effets n'ont pas été mesurés sur l'environnement à long terme (Il y a un flou au niveau de la réglementation). Ainsi, les ingénieurs radio qui développent les antennes relais pour nous permettre d'optimiser la réception du Wi Fi (qui veut dire en Français « Réseau sans fil ») ne se demandent même pas si cela est bon ou pas pour la santé. Seul la puissance et le débit comptent.
- L'accumulation de plusieurs sources de rayonnement tout le temps qui finissent par affecter à long terme notre corps. Un peu comme un bruit persistant comme celui du bruit des voitures qui circulent en bas de chez vous pour celui qui habite en ville.

### Les précautions d'usage au quotidien avec nos objets de tous les jours

Maintenant, à force d'expériences, nous sommes en mesure de mettre en place des règles de bon sens afin de ne pas nous exposer de façon abusive à nos chers objets connectés.



En gros, retenir ceci :

- Vérifiez que toutes les prises électriques sont bien mises à la terre
- Pas d'équipement radio et électrique en dessous de 50 cm de vous quand vous dormez (Radio, lampe de chevet, téléphone sans fil, de smartphone ou de baby phone, ...)
- Restez à 1,20m de votre télévision et à plus de 50 cm de votre ordinateur portable (utilisez un clavier déporté si vous passez du temps à travailler dessus)
- Mettez votre box à distance de votre chambre ou de votre bureau.
- Évitez d'utiliser une prise CPL pour relier vos équipements si vous le pouvez. En faisant passer du signal radio dans le réseau électrique, vous générez des champs nocifs dans toute la maison. (à cause du circuit électrique). Utilisez plutôt un câble blindé.

Cette recommandation vous explique également pourquoi les boîtiers communicants (Linky, Gazpar,...) sont aussi critiqués de nos jours (sans parler des dommages causés aux équipements dans votre maison) du fait que vos équipements électroménager ne supportent pas les changements intempestifs d'alimentation et finissent par tomber en panne.

- Vérifiez que votre voisin n'a pas installé la box près de votre chambre. Les ondes Wifi passent à travers les murs. CQFD.
- Utiliser les panneaux solaires pour produire votre électricité vous impose de faire attention à quelques règles de bases (mise à la terre, ne pas les mettre au-dessus de la chambre ou du bureau sur le toit).

Enfin, Il existe des solutions modernes ou traditionnelles pour neutraliser les champs électromagnétiques dans la maison (Boîtiers à brancher sur les prises, Shungite, ...). De nombreux sites en vendent. Renseignez-vous pour en savoir plus.

### Pour prévenir du rayonnement extérieur dans votre habitat

Tout comme dans le cadre de la RT 2012 (et bientôt la RE 2020), il existe des alternatives pour vous protéger des OEM. Celles-ci sont recommandables et il n'en tient qu'à vous de les prendre en compte lors de vos travaux de construction ou d'aménagement.

Ces produits viennent compléter les tissus muraux, peintures ou films qui composent les matériaux de votre habitation. Pour faire simple, ils contiennent du cuivre (conducteur qui facilite la mise à la terre) ou du graphite (qui ralentit le passage des ondes radio – Ce n'est pas du Plomb).

### Conclusion

Vous avez donc compris l'idée : si on ne peut pas se tenir à distance des OEM, on peut les mettre à la terre ou les stopper dans votre habitat.

Le danger, c'est donc surtout leur accumulation qui peut nous fatiguer et nous rendre malade.

Donc, en appliquant les règles de bon sens mentionnées dans cet article, les effets des OEM dans votre habitat devraient vous permettre de profiter de votre habitat de façon plus saine.