



LES FICHES INFO

POLLUTION ÉLECTROMAGNÉTIQUE NOCIVE POUR LES HUMAINS, ANIMAUX ET PLANTES

Préconisations pour limiter son exposition, et celle des autres

Objet ou technologie	Nos conseils	Nos remarques
Téléphone portable	<p>Ne pas l'utiliser plus de 6mn consécutives, pas plus de 20 mn par jour et surtout pas en se déplaçant.</p> <p>A savoir : un portable simplement allumé lance des appels sous forme d'ondes aux antennes-relais pour s'assurer qu'il est en contact avec elles.</p> <p>Plus la réception est mauvaise, plus l'émission est fréquente, et à la puissance maximale du téléphone.</p>	<p>Plus on utilise le portable, plus l'exposition aux CEM (Champs ElectroMagnétiques) augmente pour tous, donc :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pas de mésusage : réserver le portable à la téléphonie vocale et aux SMS ; • L'éteindre dans les transports et les espaces confinés où la réception est mauvaise. <p>Formellement déconseillé aux enfants de moins de 15 ans et aux femmes enceintes.</p>
WI-FI domestique	<ul style="list-style-type: none"> • Le désactiver. • Privilégier le câble (RJ45). • Vérifier régulièrement qu'il n'est pas réactivé. 	<ul style="list-style-type: none"> • Technologie inutile et dangereuse, parfois installée à notre insu. • Il peut se réactiver après une coupure de courant. • Il peut se réactiver après une mise à jour logicielle du Fournisseur d'Accès Internet.
Tablettes	À éviter – la plupart fonctionnant en Wi-Fi.	S'opposer à leur usage à l'école : utiliser le formulaire de Robin des Toits.
Wi-Fi communautaire hotspot, femtocell, nomade	<p>Technologie inutile et dangereuse, souvent installée à notre insu.</p> <p>Pour le désactiver, aller sur le site de l'opérateur ou de Robin des Toits. http://www.robindestoits.org/Comment-desactiver-le-wifi_a227.html</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Peut se réactiver après une coupure de courant. • Peut se réactiver après une mise à jour par le fournisseur auquel vous servez d'antenne-relais.
Téléphone sans fil ou DECT³	<ul style="list-style-type: none"> • Revenir au téléphone filaire ou : • Dédoubleur de prise + téléphone filaire + téléphone Eco-DECT mentionnant « n'émet pas au repos ». • Si possible, relier la box à une terre de bonne qualité (par USB) 	<ul style="list-style-type: none"> • Si le téléphone n'est pas un Eco-DECT (fonction à activer sur certains modèles), il rayonne de toutes les façons (sur et hors de sa base). • Certaines boxes rayonnent par défaut¹ et on ne peut pas toujours désactiver leur DECT intégré.
Lampes basse consommation	Ne pas les positionner à moins de 50cm de la tête et ne pas les utiliser en lampe de chevet.	Elles ne sont pas vraiment économiques. En plus d'irradier, elles contiennent du mercure.
Bluetooth	Utiliser une souris et un clavier filaires.	Son impact est limité à l'utilisateur, il rayonne sur quelques mètres.
Babyphone	A proscrire (c'est un DECT).	Ils sont souvent placés près de la tête du bébé (pour bien l'entendre !)
Console de jeux	Les consoles en général et la Wii ou WiiU sont à bannir : jusqu'à 6 V/m !	Elles utilisent toutes le Wi-Fi, limitez-en l'usage.
Antenne-relais	Exposition variable selon la distance, mais aussi la puissance, l'orientation, l'inclinaison et une possible réflexion.	La « protection » de l'effet parapluie est un mensonge des opérateurs.

Wi-Max	Si vous êtes dans une zone à faible débit, demander le raccordement par NRA-MED ² .	Le Wi-Max est obsolète, inefficace et coûteux pour le contribuable (financement fréquent par le Conseil Départemental).
Compteur/ capteur communicant de type Linky	<ul style="list-style-type: none"> • Pour ne pas disjoncter continuellement et être obligé de prendre un abonnement plus cher, • pour ne pas avoir une facture d'électricité qui s'envole, • pour ne pas avoir d'appareils électroménagers qui dysfonctionnent, • pour ne pas être espionné à domicile, • pour ne pas être soumis à une exposition permanente aux ondes électromagnétiques, REFUSEZ CE SYSTÈME COMMUNICANT !	<p>On voudrait nous imposer ces nouveaux compteurs pour, soi-disant, nous faire économiser de l'énergie :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Serions-nous stupides au point d'ignorer les moyens d'économiser, comme éteindre la lumière en sortant d'une pièce, baisser le chauffage et se couvrir, ... ? • Peut-on croire que le fournisseur ait envie de réduire ses bénéfices ? <p>Nous serions un peu plus irradiés, un peu plus surveillés et des emplois disparaîtraient.</p>
Objets connectés	Est-il vital que votre smartphone vous prévienne « qu'il n'y a plus de pommes de terre dans votre réfrigérateur » (cf. ancienne publicité) ?	La communication peut passer par le réseau filaire.
Réseau électrique 50 Hz (TBF)	Haute et Moyenne tension (20 à 400 KV) Ne pas habiter ou séjourner à moins de 1m par KV.	Idem pour la proximité avec un transformateur, une usine de production (proximité d'alternateurs) et un poste électrique.
Réseau électrique 50 Hz domestique	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pas laisser les appareils en veille (surtout « électroniques ») • La nuit, débrancher les appareils proches du lit, voire couper l'alimentation électrique de la chambre. 	<ul style="list-style-type: none"> • Disposer d'un réseau de terre correct (entre 10 et 30 Ohms) • Éviter les alimentations type « va et vient » • Privilégier le blindage / torsadage des câbles
Autres appareils	Protégez-vous également des petits appareils sans fil fonctionnant en Wi-Fi (de type Zig Bee), du CPL domestique (alternative au Wi-Fi), des radios-réveils, des plaques à induction, des fours à micro-ondes ainsi que de tous les objets connectés qui fleurissent autour de nous.	Faites poser dans les chambres des Interrupteurs Automatiques de Champs (IAC) dits biorupteurs.
La mise à la terre	Vérifiez la mise à la terre du lieu de vie et sa qualité ; assurez-vous que tous les systèmes électriques sont reliés à cette même terre.	
Les ERP	Signalez sur les registres « santé-sécurité » des Établissements Recevant du Public (ERP) les champs électromagnétiques artificiels comme risques sanitaires.	
Les travailleurs	Le Décret n° 2016-1074 du 3 août 2016 relatif à la protection des travailleurs contre les risques dus aux champs électromagnétiques n'a pas été précédé d'un abaissement des seuils d'exposition.	Toutefois, l'employeur est tenu de mettre en place « un dispositif permettant aux travailleurs de signaler l'apparition de tout effet sensoriel. »

⁽¹⁾ Rayonnement des boxes : lire la notice, s'adresser au fournisseur, consulter les forums

⁽²⁾ Raccordement NRA-MED : Nœud de Raccordement - Montée En Débit

⁽³⁾ DECT : *Digital Enhanced Cordless Telecommunications* signifiant littéralement « téléphone sans-fil numérique amélioré »

LES PREMIÈRES VICTIMES DE L'IDÉOLOGIE DU SANS FIL SONT LES ENFANTS, NÉS OU À NAÎTRE.

(Robin des Toits - mars 2019)