

## La vie d'une personne électrohypersensible

J'ai été « diagnostiquée » **SICEM-EHS et MCS**, (Syndrome d'Intolérance environnementale aux champs électromagnétiques appelé aussi EHS et aux produits chimiques(**MCS**)) car il y a des marqueurs précis qui permettent de voir l'impact des ondes sur le corps.

Voici mon expérience qui vous permettra de comprendre ce que peuvent vivre les personnes dans mon cas et peut être se découvrir EHS non diagnostiqué :

**Dans ma vie professionnelle** j'étais dessinatrice industriel en mécanique générale et schématisseuse électrique.

J'ai souvent eu des soucis d'arythmie cardiaque, de migraines ophtalmiques, d'acouphènes et ce bien avant les installations d'antenne, rien que l'exposition aux ordinateurs pour le travail, aux néons, au Wifi déclenchaient des crises de migraines ophtalmiques entraînant un arrêt de travail et un repos (en fermant les volets pour obtenir le noir complet)

Toujours sur mon lieu de travail, je « sentais » parfois des odeurs, ce qui déclenchait aussi de l'arythmie et des migraines ophtalmiques. Ce n'était que les fuites des gaz utilisés dans les appareils fabriqués dans l'entreprise (SF6), et j'étais une des seules à le ressentir, d'où la moquerie de mes collègues de travail...

**Dans la vie de tous les jours**, vous vous doutez que ce n'est pas si simple que cela.

Quasiment tous les bâtiments sont équipés de téléphones sans fil, en plus des passants qui peuvent être équipés, de wifi, d'équipements sans fils, d'objets connectés.

Comment expliquer à ses enfants, à ses amis ce qui déclenche des crises EHS aiguës ?

Comment expliquer que de mettre en route un four, une cafetière électrique, un grille pain, une machine à laver ou à sécher le linge, un radiateur électrique déclenche des crises d'arythmie, des maux de tête et des acouphènes ?

Heureusement nous n'avons pas de plaque à induction !

Comment expliquer à ses amis que l'on ne peut sortir de chez soi pour aller les voir ?

Comment expliquer à quelqu'un que son parfum/déodorant/shampoing sent bon pour elle ou lui, mais entraîne des maux de tête chez vous qui êtes à côté de lui ou d'elle ?

Comment aller chercher vos médicaments alors que tout est connecté dans la pharmacie, et que cela vous rend malade ?

Comment expliquer à ce passant à côté de vous qu'il devrait éteindre la 4G ou la 5G sur le portable dans sa poche car vous ressentez une partie de vos cheveux se hérissier, des maux de tête et des acouphènes ?

Comment expliquer à son petit fils d'éteindre sa console de jeux connectée sans le vexer et surtout sans qu'il se sente isolé de ses potes ?

Comment expliquer que le drôle de chapeau porté est un chapeau de fabrication française (par des personnes EHS) avec un intérieur « bloquant » les ondes ?

Comment expliquer que le fait d'être EHS fait que vous devenez intolérant à de plus en plus de choses ? (aliments, vêtements synthétiques, chaussures synthétiques avec clous ou agrafes etc)

### En famille

Ma belle mère âgée est équipée de téléphone sans fil, possède un téléphone portable et fait partie d'un public qui sera de plus en plus équipé d'objets connectés pour le maintien de la personne à domicile (elle a un pendentif connecté pour signaler les chutes, ...)

### En grande surfaces ou magasins :

Comment expliquer que l'on ne peut plus faire ses courses en magasin (super marché ou magasin tout court : wifi, téléphones sans fils, pubs sur écran...) ?

Comment expliquer que l'on ne peut faire des courses sur Internet qui est si simple à utiliser et si pratique ?

Comment expliquer un mal de tête soudain quand on arrive à faire des courses dans un rayon où sont déposés des produits chimiques (lessives, parfums de synthèse...) ?

Comment expliquer à votre pharmacien que venir chercher vos médicaments alors que tout est connecté dans la pharmacie vous rend malade ?

Comment expliquer que passer à côté d'une chambre/banque froide, d'un frigo ou d'un congélateur en magasin vous rend malade ? (champs magnétiques)

### **Dans les hôpitaux et pour des examens médicaux :**

Tout est connecté donc arythmie constante, et on vous prescrit un traitement pour baisser votre arythmie sans se poser la bonne question, ni la poser à la personne : « êtes vous toujours en arythmie, sentez vous votre cœur s'emballer et si oui quand ? »

### **Dans les transports en commun :**

Toutes les gares sont équipées de Wifi, de bornes pour se connecter, de panneaux publicitaires connectés, idem dans les trains.

Tous les bus sont équipés de GPS et les conducteurs sont reliés en permanence à leur base dans un souci de sécurité.

Dans les gares et les trains comme dans les bus, les personnes (enfants inclus de plus en plus) possèdent des téléphones ou tablettes ou ordi ou bracelets connectés en permanence.

### **En voiture :**

Je possède une voiture « récente », donc connectée : suivi de consommation, suivi des entretiens, Bluetooth, GPS, radio, vitres électriques et climatisation, et dès la mise en route des leds s'allument à l'extérieur ( feux )

la voiture a un tableau de bord noir (comme la plupart des véhicules maintenant), de superbes « chromes » dessus, des écrans derrière une « vitre inclinée », le tout renvoyant le soleil dans les yeux.

Au plus fort de mes crises, je conduis avec des lunettes de soleil qui transforment les rayons lumineux en marron ou bleu pour ne plus avoir de migraines ophtalmiques.

J'ai eu du mal à faire comprendre à mon garagiste lors des entretiens à ne surtout pas remettre le Bluetooth, ni la radio en action.

J'en suis arrivée à ne plus me servir de la climatisation, je n'utilise plus la radio, ni de GPS, les cartes routières en livre sont revenues dans ma voiture, et je réalise mes itinéraires comme « on » les faisait avant : papier et crayon.

Le seul défaut de la voiture qui reste ? Son moteur qui induit dès la mise en route un champ électromagnétique de basses fréquences (alternateur, fonctionnement batterie etc) que je ressens.

### **Comment faire pour être bien chez soi ?**

Nous avons la chance d'avoir une maison. Nous avons dû revoir nos installations électriques : Les leds en 24V( alimentation avec transfo générant des champs magnétiques) sont remplacées par des ampoules en 220V.

Nous avons revu les branchements électriques de tous nos appareils ménagers ou électroménager en commençant par vérifier si une « terre » existait sur l'appareil, et si défaut, nous avons dû investir dans des « mise à la terre sur prises USB » ou prise avec interrupteurs bipolaire pour éviter de débrancher constamment l'appareil, nous avons investi dans des multiprises blindées

Savez vous que, par exemple, vos télévisions ne sont pas équipées de « doigts de mise à la terre » sur leur prise, ce qui entraîne un courant résiduel ne pouvant être évacué donc constamment absorbé par votre corps ?

Nous avons ôté tous les téléphones sans fil entre la base et l'appareil et ré-acheté des téléphones entièrement dits filaires.

Nos ordinateurs, imprimantes ne sont plus en wifi mais en filaire.

Nous avons vérifié le branchement de nos lampes d'éclairage pour nous assurer que leur interrupteurs respectifs coupaient bien la phase et non le neutre comme cela peut arriver afin de réduire au maximum les champs électriques

La nuit, nous coupons certains circuits électriques au tableau pour pouvoir dormir correctement.

Nos lampes de chevets sont avec des socles en bois et avec un fil d'alimentation blindé.

Sur certains murs très exposés, nous avons collé des couvertures de survie pour arrêter les ondes électromagnétiques

Nous avons voulu être producteur d'électricité pour tendre vers une autonomie en électricité grâce à des panneaux photovoltaïques (revente à EDF et installation en auto consommation)

Comment expliquer que les onduleurs et les Courants Porteur en Ligne (CPL semblable à ceux du Linky) servant à indiquer votre production au fournisseur d'électricité vous rendent malade ?

## **Soins prévus pour EHS :**

Apprendre à prendre le temps de vivre, se relaxer, méditer, manger sain pour reconstituer la barrière intestinale, ce sont les conseils donnés par le médecin qui m'a diagnostiqué, et si possible marcher pieds nus dans l'herbe pour « décharger le corps »,

Soins dentaire : faire ôter tout implant en acier dans la bouche (effet pile électrique), remplacer les amalgames « en plomb » par des amalgames neutres, remplacer les dents métalliques par de la résine ou de la céramique (sans « âme » en acier).

Soins autres : éviter de passer un IRM, des radios, tout ce qui induit un champ électrique ou électro magnétique (échographie, mammographie etc)

Essayer d'expliquer à des pompiers que vous êtes EHS et qu'il ne faut pas vous « brancher » pour surveiller votre arythmie car cela la renforce...A l'hôpital,j'ai été menacée par un infirmier de passer du coté psychiatrique si je refusais ses suivis de soins avec appareil connecté (suivi de tension, cœur)....

## **Les animaux, les ondes, et l'être humain à proximité**

Tout récemment, un documentaire sur les ondes, concernant la mortalité des animaux d'élevage a été diffusé à la télé, très instructif avec les explications bien réalisées autant : du coté des assurances (dédommagement suite à la mortalité des animaux d'élevage) ou des explications des soucis de santé liés aux rayonnements des antennes relais (avec spécialistes agréés ANFR) dans des locaux industriels avec des bureaux désaffectés cause ondes trop importantes.

## **Que faire, que peut il être fait ?**

Il s'est avéré que ce que l'on pensait bon pour l'Homme s'est révélé parfois désastreux pour l'Homme et la Biodiversité à l'utilisation.

Exemples connus et reconnus :

Les pesticides qui passent dans l'eau et dans les nappes profondes,

Les désherbants pas si inoffensifs que cela (exemple le « fameux désherbant miracle » et ses effets désastreux sur la santé de la terre et sur l'homme)

A une période donnée, il a fallu produire plus pour nourrir les travailleurs et les familles et « on ne savait pas », d'où des drains mis en place pour rendre une terre cultivable pour tous et produire de quoi manger.

Pour la Vie de tous les jours, penser à faire adopter le principe de précaution par toutes les mairies et communes ou communautés de communes en demandant à nos décideurs que feraient ils si les valeurs émises par les antennes (téléphonies ou autres) étaient reconnues mettre en danger la vie d'autrui, comme aujourd'hui certains produits, et ce dans un futur proche ?

## **Ce qui peut être fait « localement » :**

Réserver des lieux « protégés », sans antennes (les fameuses Zones Blanches)

Prévoir des endroits dits « blindés » pour stopper la pénétration d'ondes (comme en Suisse et les immeubles créés pour EHS), laisser et accepter d'avoir des endroits non connectés, Prévoir des véhicules non connectés, des maisons non connectées (et sans domotique), des chambres en hôpital pour personnes EHS, des connexions internet filaires (hôpitaux, écoles, etc) et surtout, créer du lien humain pour remplacer toutes ces connexions

Il faut « prendre le temps » de Vivre et non plus vouloir gagner des pouillèmes de secondes avec une connexion ou des antennes 5G

Merci à Sylvie qui m'a fait lire son témoignage pour pouvoir écrire le mien, Merci à Dany et à l'ACCU 71 de reconnaître nos soucis et faire du lien entre nous tous, Merci à l'Association Zone Blanche (AZB) qui crée un village en Zone Blanche, en France et au docteur qui m'a diagnostiqué, merci à l'Association PRIARTEM pour ses infos.

Madame L, adhérente BVR

## Quelques réflexions pour finir

Beaucoup d'études démontrent la nocivité des ondes sur le corps humain et sur les animaux (démonstration prouvant que ça ne peut pas être psychologique).

En général, les études qui ne le démontrent pas sont réalisées par des organismes ayant un conflit d'intérêt .

Cet état est reconnu par la Sécurité Sociale dans certains départements et donne droit à une pension d'invalidité, par des Maisons Départementales des Personnes Handicapées(MDPH) et donne droit à la reconnaissance RQTH et à des aménagements de postes de travail, pourquoi pas à la maison ?

Pourquoi pas partout en France pour l'Assurance Maladie ?

Il existe des conseillers médicaux en environnement intérieur en hôpital, pourquoi pas dans les mairies ?

Des normes définissent la tolérance maximum de ce qu'un corps humain peut recevoir sans être malade ( Normes : européenne (Bio initiative), Allemande (SBM 2015) et Française). Valeurs pour les « hautes fréquences » : Bio initiative : 0,6V/m (ou 0,2V/m dans l'habitat), Norme SBM 2015 <0,06V/m (faible anomalie), Norme Française : de 28 à 61V/m.

L'ANSES (l'Agence Nationale de Sécurité Sanitaire) indique qu'il y a **8% d'EHS** en France (plus de 5 millions ) Quels impacts ? : Cela va : de personnes ne sont pas trop gênés et aménagent leur quotidien à des personnes qui ne peuvent plus vivre en société et vivent dans des caravanes ou autres, et recherchent des zones blanches pour récupérer.

Avec le développement des TIC (acronyme de *Technologies de l'Information et de la Communication* : Ensemble des techniques et des équipements informatiques permettant de communiquer à distance par voie électronique.), il y aura de plus en plus de personnes concernées.

Ces personnes souvent quittent les villes pour se réfugier en campagne moins soumise au « brouillard » d'ondes (gêne avec les appareils des voisins en appartement, antennes relais dispersées dans la ville, souvent sur les toits des immeubles, château d'eau, Wifi gratuit dans certaines rues de villes).

Pourquoi des personnes sont malades ?

Les normes sont définies par des organismes œuvrant pour les industriels et plus particulièrement pour les fournisseurs de téléphonie mobile . Ces normes sont celles qui les arrangent (par exemple , la question s'est posée pour la pose des premières antennes relais. Le choix a été d'en mettre moins mais avec des puissances plus élevées car cela coûtait moins cher à produire et installer).

Les normes sont différentes d'un pays à l'autre et la France est un des pays où les normes sont les plus élevées au monde...

Qu'est-ce qui fait qu'un pays considère qu'à partir d'un seuil limite on peut être malade et que dans un autre pays, ce seuil peut être le double ?

Ce sont des normes dites « constructeur » qui s'appliquent en France

Il n'y a donc aucune étude fiable sur ce point, ceci dit, il y a moins de personnes malades avec des seuils moins élevés, il y a bien une correspondance ! Ces normes ne sont pas adaptées pour les êtres vivants, ni la biodiversité !

Actuellement se pose la question du « principe de précaution » dans de nombreuses instances L'ANSES dans son rapport préliminaire d'octobre 2019 sur l'exposition de la population aux champs électromagnétiques liés à la 5G a relevé un manque important, voire, une absence de données relatives aux effets biologiques et sanitaires potentiels des bandes de fréquences considérées.

L'ANSES, qui reconnaît déjà l'effet sanitaire des radiofréquences sur la santé des enfants depuis 2016, demande de reconsidérer les valeurs limites d'expositions aux ondes électromagnétiques et prévoit deux nouvelles études sur le développement de la 5G et les effets sanitaires associés. Un premier rapport est attendu en 2021, le second pour fin 2022