



CONSEILS POUR RÉDUIRE LES ONDES



CONSEILS POUR réduire les ondes



QUEL EST LE RAYONNEMENT CHEZ VOUS ?



Nous ne pouvons pas voir le rayonnement électromagnétique, mais nous pouvons le détecter et le mesurer à l'aide d'un appareil de mesure. Nous faisons la distinction entre le rayonnement radioélectrique (wi-fi, Bluetooth, tours d'émission, mobiles) et champs de basse fréquence (par ex. lignes à haute tension et câbles électriques dans la maison).

Câbler

Travaillez de préférence autant que possible en étant connecté à Internet au moyen d'un câble réseau. La connexion filaire à Internet n'émet absolument aucun rayonnement.



Le wi-fi circule dans les deux sens. Pour chaque paquet de données envoyé depuis votre routeur wi-fi, votre appareil envoie une confirmation en réponse. Les ondes wi-fi émanant de votre appareil sont puissantes et cet appareil est à proximité de votre corps. Si vous voulez travailler avec votre iPad ou iPhone sans aucune onde, procurez-vous alors un adaptateur iPad/iPhone grâce auquel vous pourrez brancher vous-même par câble votre appareil au routeur. Vous pouvez alors mettre votre iPhone ou iPad en mode avion (wi-fi désactivé) et quand même surfer sur Internet et utiliser les applis.



Vous pouvez aussi brancher un câble sur un téléphone mobile moderne avec un adaptateur USB-C Ethernet.



La distance est votre amie

La règle générale en matière de rayonnement électromagnétique est : la distance est votre amie. Plus on est proche de l'appareil ou du routeur, plus le rayonnement est fort.

Quand vous utilisez une tablette, ne la posez pas sur vos genoux mais sur la table. En plus des ondes wi-fi, la tablette émet un champ magnétique de basse fréquence jusqu'à cinquante centimètres environ de l'appareil.

Ne portez pas votre mobile sur vous, mais plutôt dans un sac ou déposez-le quelque part à proximité dès que possible. Si votre mobile est connecté par wi-fi, cela produit beaucoup plus d'ondes qu'au moyen des données mobiles (à condition que la couverture soit bonne). Vous pouvez mettre votre téléphone en mode avion quand vous ne l'utilisez pas ou l'éteindre complètement. Ou désactivez le wi-fi, le Bluetooth, les données mobiles et le NFC, et vous resterez joignable par téléphone.



Lorsque vous êtes en communication par mobile, utilisez le haut-parleur ou des écouteurs anti-ondes Air Tube. Il s'agit d'oreillettes avec des canaux d'air permettant que le rayonnement ne se propage pas par les fils en métal jusqu'à la tête. Vous pouvez aussi transférer automatiquement les appels de votre mobile vers votre ligne fixe.



Rayonnement wi-fi

Désactivez le routeur wi-fi pendant la nuit, ainsi que les répéteurs wi-fi. Cela réduira considérablement le rayonnement wi-fi, car même lorsqu'on ne les utilise pas, ils continuent à émettre des ondes.



Envisagez de vous procurer un routeur à faible rayonnement JRS Eco. Ce routeur n'émet des ondes que lorsque vous utilisez vraiment le wi-fi et se désactive automatiquement quand aucun appareil n'est connecté. Si vous activez ensuite le wi-fi sur votre appareil sans fil, le routeur réactive immédiatement le signal sans fil. Le routeur JRS Eco est 100 % sans rayonnement en veille et offre aussi la possibilité de programmer la désactivation du wi-fi à des heures précises.

Même lorsque le wi-fi est activé, le routeur JRS Eco a une fréquence de pulsation 90 % inférieure à un routeur normal. Le routeur Eco dispose également d'un bouton manuel d'allumage/extinction, et sa puissance d'émission est réglable. Profitez sans attendre d'une réduction de 10 euros sur le routeur JRS Eco avec le code de réduction EBSNYZU3.



Désactivez le Bluetooth des appareils quand vous ne les utilisez pas, notamment de votre téléphone, de vos écouteurs sans fil de téléphone ou de votre installation sono.



Chambre

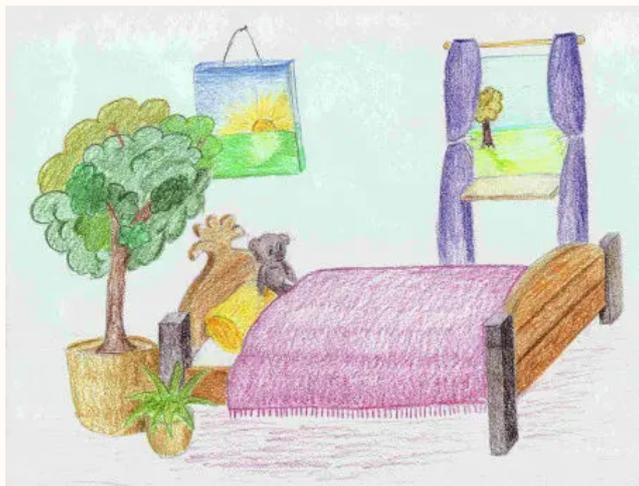
Éloignez le téléphone mobile de votre chambre. Choisissez un endroit loin de votre chambre pour recharger vos appareils.

Champs électriques : Laissez une distance de 1 mètre entre votre lit et tout ce qui est électrique. Par conséquent, dans un rayon de 1 mètre autour du lit (et dessous), pas de câbles ni de rallonges, de multiprises, de lampes, etc. Débranchez-les si vous ne les utilisez pas. Pour ce faire, retirez la fiche de la prise. Il existe en effet un champ électrique autour des choses qui sont branchées sur une prise et autour de leurs câbles, et cela dépend du branchement de la fiche sur la prise.

Vous n'avez pas envie de débrancher et rebrancher continuellement la fiche? Utilisez alors une fiche bipolaire munie d'un interrupteur. Vous vous assurez ainsi que le champ électrique autour du câble et de l'appareil est ramené à zéro, fiche branchée ou non.

Besoin d'un réveil ? Achetez un simple réveil à piles et débarrassez-vous du radio-réveil, car celui-ci émet continuellement un petit champ magnétique et électrique.

Minimisez l'utilisation des écrans avant d'aller vous coucher. La lumière bleue des appareils électroniques peut nuire à votre production de mélatonine et à la qualité de votre sommeil.



Autres points importants

N'utilisez pas de micro-ondes dans votre cuisine.
Les micro-ondes émettent un rayonnement de 2,4 GHz le même rayonnement que le wifi.



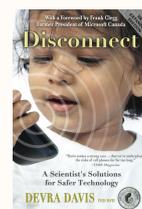
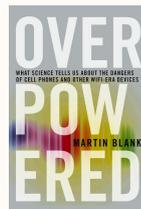
Les enfants ont une boîte crânienne plus fine que les adultes et leur cerveau est encore en plein développement. Le rayonnement électromagnétique pénètre plus en profondeur dans leur tête. Laissez par conséquent les enfants utiliser le téléphone mobile et l'iPad le moins possible. Ce ne sont pas des jouets.



Mesurer, c'est savoir. Si vous voulez tout savoir sur les champs électromagnétiques dans votre maison, vous pouvez les faire mesurer par un professionnel spécialisé en mesure de champs EM. Ou vous pouvez envisager d'acheter un mesureur d'ondes simple. Comme le mesureur tout en un Cornet, qui mesure aussi bien le rayonnement radioélectrique que les champs magnétique de basse fréquence et électrique.

Évitez d'utiliser votre téléphone mobile dans des espaces métalliques, comme la voiture ou les ascenseurs. L'environnement métallique renvoie les ondes et vous y expose ainsi d'autant plus.

D'intéressants livres sur ce sujet sont notamment Overpowered de M. Blank et le livre sur le rayonnement domestique Disconnect de D. Davis.



CONSEILS POUR réduire les ondes

Je vais réduire le rayonnement comme suit





Vivez en meilleure santé
grâce à un rayonnement
électromagnétique réduit
mesurable!

dr.ir. Jan-Rutger
Schrader,
docteur en ingénierie,
fondateur de JRS Eco
Wireless et inventeur du
routeur JRS Eco.



Profitez sans attendre
d'une réduction de 10
euros sur un routeur
JRS Eco avec le code de
réduction

[EBSNYZU3](#)

jrseco.com/wifi

Google
Reviews ★★★★★

Richard Beaumont ★★★★★

Je vous suis si reconnaissant
d'avoir créé quelque chose qui
fonctionne si bien. J'ai utilisé mon
mesureur RF pour mesurer la
différence et il y a une diminution
manifeste du rayonnement
électromagnétique. Je l'ai mesuré
par curiosité. Mon corps me disait
déjà être soulagé d'un poids.
Nous avons besoin de plus de
pionniers comme vous. Un tout
grand merci !

[Autres avis](#)