

Tapez le titre ici

**Assainir sa maison, son logis
Polluants visibles et invisibles**



Avec André Fauteux
Éditeur et rédacteur en chef
Magazine *La Maison du 21^e siècle*

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 1

Guerre des antennes à l'Île-des-Sœurs

LA MAISON 25^e
DU 21^e SIÈCLE SAINE ET ÉCOLOGIQUE

ÉCO REFUGE PASSIF

ÉLECTRICITÉ SOLAIRE
FEUX ÉLECTRIQUES
CHAUFFAGE ÉCOLO

Maison du 21^e siècle
LE MANÈGE DE LA MAISON Saine

4 DVD
18 émissions télévisées
d'une durée de 30 minutes
en 16 langues avec des sous-titres
multilingues
de septembre
à la Maison du 21^e siècle



Dying girl needs \$150,000 for operation

By ANDRÉ FAUTEUX
of The Gazette

11-year-old Danielle Roberts isn't the best swimmer, but to her parents she could save her parents' lives by taking them to the hospital. They may have little time left to be together.

Danielle's condition was chronic and worsening, when it took a serious turn for the worse.

Doctors had some promising leads, but a rare blood disease, the leukemia was diagnosed in March.

But still, chances for survival to receive a bone-marrow transplant involving a minor-market donor, an extraordinary procedure that has never been performed in Canada.

Danielle's parents, Alan and Deborah Roberts, want the procedure done by Dr. James Cooper of the Children's Hospital of Winnipeg.

But the treatment would cost at least \$150,000, the Roberts have been told. The Quebec Health Insurance Board would not pay if it would not be done. It could even be asked if it took the treatment to a hospital.

Danielle begins intensive chemotherapy today in the hope that her condition will stabilize in the past at least, and not endanger her future.

Dr. Steven Bruchel, of the Montreal Children's Hospital, hematology department, said, "practically the procedure is available in 'recovery centers.'" He said it's possible nothing will be done for her if she does not respond to chemotherapy.

The doctor who usually treats Danielle, hematologist Penelope Mack, is in vacation.

Matched marrow, involving non-related human leukocyte antigens (HLA) - proteins on the surface of white blood cells, is usually transplanted from a sibling, but has been known that marrow from Bruchel's




La génétique charge le fusil mais l'environnement (pollution et habitudes de) vie tire sur la gâchette

N'attendons pas de voir la fumée sortir (les preuves hors de tout doute) pour agir sur les causes probables



18 octobre 2019 4

Dr Ernesto Burgio sur l'épigénétique



- Si le fœtus reçoit des informations dangereuses, par exemple de champs électromagnétiques ou de perturbateurs endocriniens pendant la première phase de la vie, le *foetal programming*, la programmation du génome peut être faussée, peut être en danger.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 5

Les savons antibactériens contribuent à la résistance aux antibiotiques et tuer les bactéries bénéfiques qui nous composent

Humans: 10% Human and 90% Bacterial



We are moving from a multi-decade focus on killing ALL bacteria via soaps, detergents, antibiotics and hand sanitizers, to a new understanding of the complex bacterial systems in our bodies and in the world around us.

18 octobre 2019 6

Tapez le titre ici

Tapez le titre ici

70 trillions de cellules humaines
1,5 quadrillions (40 000 espèces) de bactéries
(15 x+)
300 000 espèces de parasites
5 millions d'espèces de moisissures
10 à la 31 de virus (1 suivi de 31 zéro) 10
millions de fois plus que d'étoiles dans
l'univers

– Gut Health and the Microbiome, entrevue avec Dr. Zach Bush M.D
neurohacker.com

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca

LE LOGEMENT ET L'HYPERSENSIBILITÉ AUX POLLUANTS ENVIRONNEMENTAUX

Les plus vulnérables :

- les enfants
- les femmes enceintes
- les personnes âgées
- les personnes malades

SABOTAGE HORMONAL

18 octobre 2019

SCHL CMHC
Qualité habitative, intégrité des soins

MATÉRIAUX DE CONSTRUCTION POUR LES LOGEMENTS DES PERSONNES HYPERSENSIBLES

MAISON DE RECHERCHE POUR LES PERSONNES HYPERSENSIBLES AUX POLLUANTS ENVIRONNEMENTAUX

DESCRIPTION ET DÉTAILS TECHNIQUES

LMB 0112

Les responsables des soins de santé cherchent toujours à déterminer l'étendue et la gamme des effets de l'habitation sur la santé. La liste reproduite ci-après ne reprend que quelques-unes des indispositions pouvant être reliées à la piètre qualité de l'air.

Schl.ca

rhinite allergique
anémie
asthme
amiantose
cancer
effort cardio-vasculaire
toux
troubles digestifs
étourdissement
peau sèche, gercée
ou irritée
emphysème
irritation des yeux, du nez
ou de la gorge
fatigue
maux de tête

insuffisance pulmonaire/
essoufflement
troubles visuels
troubles de coordination
grippe
troubles d'apprentissage
lésions du foie et des reins
perte de calcium osseux
affaiblissement du système
nerveux
saignements de nez
pneumonie
éruptions cutanées
détresse respiratoire
infection des voies respiratoires
congestion des sinus

L'exposition à des contaminants risque aussi d'entraîner des effets indirects sur la santé, comme la sensibilité accrue à contracter des maladies provenant d'autres causes, l'aggravation des maladies existantes et la sensibilité aux mêmes agents environnementaux, sinon à d'autres. www.maisonsaine.ca

18 octobre 2019

SCHL CMHC
AU CŒUR DE L'INTEGRATION

PRIORITÉS

1. Réduire les polluants à la source
2. Sceller les matériaux
3. Ventiler
3. Filtrer-blinder

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca

Le plus vieux survivant du cancer du poumon, depuis 1974!

Au moins 40 % des cancers et la plupart des maladies peuvent être évitées ou guéris avec une bonne hygiène de vie (tabac, alcool, malbouffe, manque d'exercice, pollution)

www.holisticcancerfoundation.com

Carl O Helvie, R.N., Dr.P.H.,
President, Treasurer, Director

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca

Tapez le titre ici

Dr William J Rea
ehcd.com :
nettoyer a plaie



Déclencheurs d'hypersensibilités (intolérance) chimique et électromagnétique :
Moisissures, métaux lourds (effet antenne), pesticides, formaldéhyde, monoxyde de carbone, commotions cérébrales, etc.

www.maisonsaine.ca 13

LA MAISON DU BRÉSIL
PORTES & FENÊTRES
50 ANS
50 000\$ O GAGNER SUR VOTRE ACHAT

ACTUALITÉS MAISONS SAINES ZONE VIDÉOS RESSOURCES FORMATIONS EN COURS

Accueil / En vedette, Maisons saines
Maladies chroniques infantiles : la voie du rétablissement
18 Déc 2019 / André Fautour / 0 commentaires

Le site [EpidemicAnswers.org](https://epidemicanswers.org) est une formidable ressource pour les parents, grand-parents et soignants d'enfants atteints de maladies chroniques comme l'autisme, les allergies alimentaires, l'eczéma, l'asthme, etc. Il nous a été recommandé par Dr. Martha Herbert, professeur de neuropédiatrie à l'Université Harvard. Le but de cet organisme sans but lucratif fondé par des parents est de faire savoir que la récupération est possible. Voici notre adaptation de la brochure *The Path to Recovery* (La voie du rétablissement). Surtout, ne manquez pas le site [DocumentingHopes.com](https://documentinghopes.com) qui raconte les histoires remarquables du rétablissement d'enfants atteints de maladies chroniques.



maestria
18-19 mars 2019
Montréal - Beauport
Garden

Épidémie de maladies infantiles
43 % des enfants américains ont au moins une maladie chronique sur 20 évaluées ou 54 % si on inclut le surpoids, l'obésité et les retards de développement



Source : *Academic Pediatrics* mai-juin 2011
A national and state profile of leading health problems and health care quality for US children

<https://maisonsaine.ca/sante-et-securite/la-voie-du-retablissement.html>

- 1. Choisissez des nettoyants non toxiques
- 2. Choisissez des produits de soins personnels non toxiques
- 3. Cessez d'utiliser des pesticides
- 4. Testez vos sensibilités alimentaires
- 5. Mangez des aliments entiers
- 6. Éliminez les aliments génétiquement modifiés
- 7. Mangez des aliments riches en minéraux
- 8. Mangez des aliments fermentés
- 9. Obtenez un bon sommeil

<https://epidemicanswers.org/the-path-to-recovery/>

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 16

<https://maisonsaine.ca/sante-et-securite/la-voie-du-retablissement.html>

- 10. Faites de l'exercice
- 11. Réduisez votre exposition aux champs électromagnétiques
- 10. Allaitez votre bébé
- 11. Allez dehors
- 12. Pratiquez la pleine conscience
- 13. Éliminez les perturbateurs endocriniens
- 14. Choisissez de la vaisselle de verre pour manger et boire
- 15. Filtrez l'eau potable et celle du bain
- 16. Soyez attentifs aux symptômes "mineurs"
- 17. Trouver un praticien compétent

<https://epidemicanswers.org/the-path-to-recovery/>

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 17

LA MAISON DU BRÉSIL
EXPO MANGER SAINTE EN VIVRE VERT
QUÉBEC 17-18 MARS
MONTRÉAL 23-24-25 MARS

ACTUALITÉS MAISONS SAINES ZONE VIDÉOS RESSOURCES FORMATIONS EN COURS ROUTTES

Accueil / Manger Santé
La diète qui a renversé le diagnostic d'autisme de deux frères
28 Mars 2019 / André Fautour / 30 commentaires

Voici un nouveau titre très important qui mérite d'être lu par tous, que l'on soit en santé ou non : *Être et ne plus être autiste* ou comment notre famille a vaincu l'autisme naturellement (éditions Fibes, 2015). L'auteure, Nathalie Champoux, une maman de 36 ans, y raconte la descente aux enfers de sa famille et la rémission — confirmée par plusieurs spécialistes — de ses deux enfants. Le premier avait reçu un diagnostic d'autisme et le deuxième attendait le diagnostic officiel. Mme Champoux avait tout simplement retiré le gluten et les produits laitiers de leur alimentation (voir cet article sur le régime hypotoxique), en plus d'avoir réparé leur muqueuse intestinale et dépollué leur environnement.



L'eau de Javel peut brûler la peau et les yeux et même causer de l'asthme chez les gens en santé exposés à de faibles doses à répétition.
(ewg.org)

Peroxyde



18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 19

SCHL.CA

GUIDE D'ASSAINISSEMENT DE L'AIR
Comment évaluer et régler les problèmes de qualité de l'air de votre habitation

À lire sur
www.maisonsaine.ca

- Comment diagnostiquer et régler les problèmes de pollution intérieure (Guide d'assainissement de l'air de la SCHL)
- Rénover sans s'intoxiquer

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 20

1. L'air

- Fumée, combustion et autres systèmes de chauffage
- Humidité et contaminants biologiques (moisissures, etc.)
- Ventilation et filtration

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 21

Le tabac :
30 % des décès dus au cancer
Tue plus de 10 000 Québécois par an, soit 28 par jour

La fumée tertiaire est également nocive

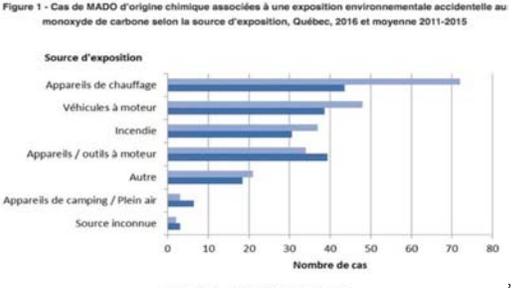



<http://www.lapresse.ca/sciences/medecine/201401/31/01-4734373-la-fumee-tertiaire-est-aussi-dangereuse-pour-la-sante.php>

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 22

Monoxyde de carbone (CO) : 1 décès par 7 cas d'intoxication
46,2 % possédaient un avertisseur de CO, 80 % n'ont pas fonctionné
Faites inspecter vos systèmes à combustion

Figure 1 - Cas de MADO d'origine chimique associées à une exposition environnementale accidentelle au monoxyde de carbone selon la source d'exposition, Québec, 2016 et moyenne 2011-2015



Source d'exposition	2016 (n)	2011-2015 (n moyen)
Appareils de chauffage	72	42
Véhicules à moteur	48	38
Incendie	38	32
Appareils / outils à moteur	38	28
Autre	18	12
Appareils de camping / Plein air	8	5
Source inconnue	2	1

3

Bois sec, portes étanches, prise d'air extérieure, 1 ou 2 ramonages/ an



Faites nettoyer les conduits aux 10 ans



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

25

Privilégier le chauffage solaire et électrique



Radiateur-convecteur

ecothermcanada.ca

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

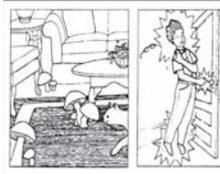
26

VOTRE MAISON

Trop sec? Scellez les fuites d'air

Mesurer l'humidité dans votre maison

Pour prévenir la formation de condensation sur les fenêtres durant la saison de chauffage, l'HR conseillée pour l'intérieur se situe entre 30 et 50 %. Lorsque la température extérieure est inférieure à -10°C (14°F), l'HR conseillée pour l'intérieur est de 30 %.



27

Gérez l'humidité >60 % : plus d'asthme <30% : plus d'infections

Publié le 19 février 2007 à 11h15 | Mis à jour le 27 avril 2007 à 08h42

Quand nos hygromètres déraillent



28

Comment calibrer un hygromètre (schl.ca)

- Mettre 125 ml (½ tasse) de sel et 50 ml d'eau dans un pot et brasser jusqu'à saturation du sel dans l'eau
- Mettre pot et hygromètre dans un sac étanche de 5 L ou un autocuiseur fermé
- Après 8-12h loin des plinthes, portes et fenêtres, la lecture devrait être 75 %
Sinon, positionner l'aiguille à 75 %

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

29

Hors chauffage, éteindre l'échangeur d'air et déshumidifiez en visant 50-55 % d'humidité relative)



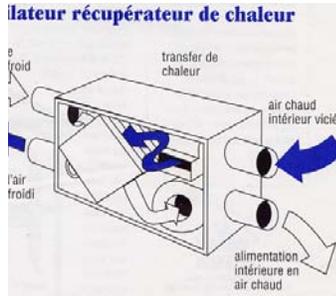
18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

30

En saison de chauffage, échangez l'air en visant 30 à 40 % d'humidité relative

0,5 CAH réduit de 60 % l'usage des médicaments contre l'asthme
Korsgaard et al (Allergy, 1994)



bnq.qc.ca/fr/certification/construction/entrepreneurs-et-professionnels-novoclimat.html
18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 31

Électricité statique et ions Plus d'infections sous 30 % HR

Viser 30 à 50% d'humidité relative en saison de chauffage
Minimiser les finis plastiques et métalliques
Éloigner les fils électriques



18 octobre 2019 32

Prévenir l'infiltration



Solnage amateur ou professionnel?

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 33

COSELLA DÖRKEN

DELTA®

Home About Us Residential Commercial Project Profiles

DELTA-MS Membrane d'étanchéisation des fondations et d'imperméabilisation des murs pour bâtiment résidentiel ou commercial léger
» plus

Éloignez l'eau le plus loin possible et corrigez les pentes de terrain



- Gouttières
- Ho-Do

35

COMMENT PROCÉDER

Afin d'éloigner l'eau des éléments de la façade et de toute surface verticale, il suffit de poser :



© diystart comindex

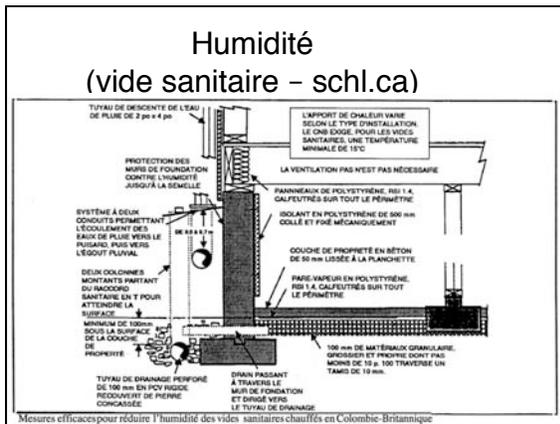
En haut de toutes les portes et fenêtres, des **solins** en tôle, aluminium, mortier ou zinc munis de larmiers qui éloignent les gouttes d'eau d'au moins un demi-pouce de la surface du revêtement vertical. Le haut du solin devra se retrouver derrière une autre surface afin d'empêcher l'eau de s'infiltrer derrière, dans le but de créer l'effet « écaille de poisson » tel que les bardeaux sur une toiture.



© danielu.fr

Sous les portes et fenêtres extérieures, des **allèges** (ou toute autre pièce d'appui) munies de larmiers qui éloignent les gouttes d'eau au moins un demi-pouce de la surface du revêtement vertical.

Ecohabitation.com



- ### Élimination des moisissures
- Régler les causes de condensation ou d'infiltration d'eau
 - Isoler la ou les pièces contaminées avec du polythène et dépressuriser
 - Tout laver à l'eau savonneuse et assécher (l'eau de Javel humidifie)
 - Jeter les matériaux contaminés
 - Nettoyer avec un épurateur d'air de type HEPA et un aspirateur HEPA
- Source : schl.ca
- 18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 40

- ## 2. Les matériaux
- Isolation thermique et acoustique
 - Vitrages et calfeutrants
 - Matériaux de finition
- 18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 41

1980 : Mousse isolante d'urée formaldéhyde (MIUF)

Zonolite (amiante)

Beaucoup mortelle : il suffit d'un petit coup de verre ou d'un effleurage de l'isolant de vermiculite contaminé d'amiante amphibole pour offrir cette substance « pierre à coton ». Les minuscules filaments aérosolisés qui en résultent provoquent une mort lente chez les gens qui en respirent quatre ou cinq bonnes doses.

18 octobre 2019

Fenêtres et calfeutrants

Fibre de verre et vitrage triple ou quadruple



adfastcorp.com

maisonsaine.ca

43

Armoires

Panneaux de particules sans urée formol
NU Green d'Uniboard

Contreplaqué Purebond
(colle de soja) de
Columbia Forest Products



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

Avant 1980 : gare à la peinture au plomb!



La vieille peinture écaillée ou sablée est la principale source d'intoxication au plomb.

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

45

Zéro COV, pigments inclus



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

46

Peintures naturelles

- Artdec.ca
- Eovinition.ca
- Livos.ca
- Tockay.com
- (Auro, Kreidezeit)



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

47

Planchers

- Bois
- Minéraux
- Linoléum (Marmoleum)
- Liège
- Bambou
- Tapis (naturel ou synthétique et recyclé)

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

48

3. Autres polluants chimiques



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

49



Comment des produits d'usage courant nuisent à notre santé

Prof. Lise Parent et le Réseau des femmes en environnement, 2009

<https://maisonsaine.ca/sante-et-securite/nos-bebes-nos-enfants-et-la-pollution-chimique-dans-nos-maisons.html>

<http://sabotage-hormonal.org>

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

50

Éviter les pesticides (herbicides, fongicides, insecticides, etc.) sauf en cas d'infestation grave

Guide pratique des trucs et conseils en horticulture écologique (dont le **contrôle des insectes** dans les maisons) :

www.equiterre.org/solution/jardiner-sans-pesticides

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

51



18 octobre 2019

Fruits et légumes contenant le MOINS de résidus de pesticides à privilégier pour une alimentation sans perturbateurs endocriniens		Fruits et légumes contenant le PLUS de résidus de pesticides	
- Roquette	- Courgettes	- Poivrons	- Céleri
- Mûres	- Bananes	- Laitue en feuilles	- Pommes de terre
- Rhubarbe	- Kiwis	- Fraises	- Concombres
- Litchis	- Mangues	- Raisins	- Poires
- Betteraves	- Échalotes (oignons verts)	- Oranges	- Pommes
- Pail-choi (chou chinois)	- Panais	- Pêches	- Cerises
- Maïs	- Aubergines	- Tomates des champs	- Pois des neiges
- Canneberges		- Nectarines	

Note – Cette liste a été établie par Option Consommateurs à partir de données de l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) provenant d'analyses effectuées en 2004-2005 sur les résidus présents dans une sélection de produits agricoles importés et d'origine canadienne.

CONSEILS

Laver les fruits et les légumes juste avant de les consommer et privilégier les produits biologiques et locaux autant que possible. Ajouter au menu des graines germées de pois, de radis, de brocoli et autres, qui sont très nutritives et habituellement cultivées sans pesticides.

Varié les fruits et les légumes pour éviter l'accumulation d'un même pesticide.

Learn About Chemicals Around Your House

Air Fresheners:

What is it?
These products are used to freshen air in various places throughout the home including kitchens, bathrooms, bedrooms, and living rooms. Air fresheners are usually stored in the kitchen, bathroom, and laundry room.

What's in it?
There are four basic ingredients in air fresheners: formaldehyde, petroleum distillates, p-dichlorobenzene, and aerosol propellants.

What health and safety precautions do you need to think about when using air fresheners?
Air fresheners are usually highly flammable and also strong irritants to eyes, skin, and throat. Additionally, the solid fresheners usually cause death if eaten by people or pets.

Please use precautions when using these products. You also need to be sure to always "Read the Label First" to know how to properly use these products and for safety information. Don't use them near open flames like candles, gas stoves. Use only in a well-ventilated area. Baking soda, which is not toxic, can also be used to freshen the air in your home.

What do you do if you or someone you're with has an accident with a household product?
[Back to Home](#)

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

54

Lemieux PRODUITS ÉCOLOGIQUES EN VRAC
un changement pour le mieux.

ACCUEIL - POURQUOI CHOISIR LEMIEUX ? - PRODUITS - VRAC - POINTS DE VENTE - NOS FOURNISSEURS - NOUS REJOINDRE

Nos produits <http://www.produits-lemieux.com>

Lessive
Agent actif PLUS
Assouplisseur
Savon de Linge
Détergent Miraclic
Laine Concentré en Poussière
Laine Concentré II E (15 adouces)
Laine Concentré III E (1 adou)

Vaisselle
Détergent à vaisselle (15 adouces)
Gel concentré à lave-vaisselle
Poudre concentré à lave-vaisselle
Rinçage à lave-vaisselle

Corporel
Bain moussant
Crème hydratante corps
Gel de douche
Huile de bain
Sali hydratant
Savons
Shampooing
Savon à mains
Savon à mains
Savon en barre

SOURIEZ! Ils sont arrivés.

Un nouveau produit de Lemieux sur les tablettes!
Toute une gamme de dentifrices naturels, sans fluorure.

Osmose inverse

- Solutionslimpides.com
- Purismeau.com

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 56

4. Le rayonnement

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 57

Le radon tue deux fois plus que les accidents routiers

André Fauteux | 28 septembre 2012 | 0 Commentaires

Connexion [Twitter](#) 1 [Digg](#) 1 [StumbleUpon](#) 5

Une maison québécoise sur 10 est à risque, selon Santé Canada

Tueur méconnu, deuxième cause de cancer du poumon après le tabagisme, le radon est un facteur causal dans 16 % des décès par cancer du poumon, selon les plus récentes estimations de Santé Canada. Ce gaz radioactif souterrain qui s'infiltré dans les maisons fait deux fois plus de victimes au Québec que les accidents de la route — qui sont pourtant combattus bien plus vigoureusement.

Des études récentes ont incité Santé Canada à réévaluer plus tôt cette année son estimé selon lequel le radon causait 10 % des cancers du poumon. « Cette réévaluation estime qu'environ 3 200 ou 16 % des décès par cancer du poumon surviennent chaque année au Canada en raison d'une exposition au radon », explique Sara O'Dacre, relationniste au Ministère fédéral.

Selon le rapport Statistiques canadiennes sur le cancer 2012, quelque 8 100 Québécois recevront un diagnostic de cancer du poumon cette année et 6 200 personnes en mourront. D'après l'estimé de Santé Canada, le radon tuera donc environ 992 Québécois (16 % de 6 200) cette année — et non 600 comme le Ministère l'estimait en 2010. En 2011, 479 personnes sont mortes sur les routes du Québec, selon le ministère des Transports.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 58

Santé Canada recommande de tester **toutes** les maisons de faible hauteur et d'intervenir si la concentration dépasse 200 becquerels par mètre cube.

Test de radon (1 à 3 mois en hiver):
Test Alpha Track 30 \$ radonscan.ca
Solution : dépressuriser sous la dalle (environ 2 000 \$)
Expert : Yves Parent ing 438-495-0205
<https://www.renovationmh.com>

Détails :
schl.ca
poumon.ca

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 59

Éclairage artificiel

Préférez les incandescentes – dont les halogènes – en hiver (infrarouge thérapeutique) ou à l'année les DEL « blanc chaud ou tiède » d'environ 3000 K (Kelvin, indice de température de couleur)

Éviter les fluorescents compacts et en tube (mercure et électromog) et éviter l'exposition prolongée à l'éclairage DEL ou fluo blanc-bleu 4500 K+ « blanc froid » qui cause la **dégénérescence maculaire** et réduit la production de **mélatonine**

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 60

Les champs électromagnétiques artificiels
Classés « peut-être cancérigènes »
par l'Organisation mondiale de la santé (iarc.fr)

2001 : les **champs magnétiques domestiques**
(60 Hertz d'Hydro) : leucémie infantile accrue

2011 : **radiofréquences (RF/micro-ondes)** des antennes
et appareils sans fil : cancer du cerveau (gliome) et
schwannome (tumeur de la myéline - gaine - des nerfs)

**Risque accru chez l'humain et confirmé chez des rats
en 2018 par l'US National Toxicology Program**

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 61

La mesure est essentielle

www.slt.co

60 Hz et RF

RF

Frequency Response: 200MHz - 8GHz
Response Time: < 5 µs

Red (Flashing) > 10,000 µW/m²
Red > 1000 µW/m²
Orange 100-1000 µW/m²
Yellow 10-100 µW/m²
Green 1-10 µW/m²
Green (Flashing) < 1 µW/m²

255 \$
18 octobre 2019

191 \$
www.maisonsaine.ca

2001:
Les champs
magnétiques ELF
(60 Hertz)
classés
« peut-être
cancérigènes »
par le Centre
international de
recherche sur le
cancer

*Le risque de leucémie infantile double à
0,4 microtesla (µT) = 4 milligauss (mG)
de dose moyenne quotidienne*



63

Limites recommandées
(champs magnétiques 60 Hz)

Canada/É-U ¹	1 000 milligauss
OMS ¹	100 mG
Suède ²	2-2,5 mG
ÉU NCRP 1995 ²	2 mG
Héroux&Baubiologie ²	1mG

1. Exposition à court terme vs induction de courant dans le corps
2. Exposition à long terme vs cancer et autres effets

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 64

MICROWAVE NEWS

Vol. XV No. 4 A Report on Non-Ionizing Radiation July/August 1995

INSIDE...

EMF NEWS pp.2-4

Draft NCRP Report Seeks Strong Action To Curb EMFs Committee Cites 2 mG Limit as Goal

The National Council on Radiation Protection and Measurements (NCRP) committee charged with evaluating the potential health effects of electromagnetic fields (EMFs) has completed a draft report that calls for strong action to curtail the exposure of the U.S. population. "It took us nine years, but we finally reached agreement," committee chair Dr. Ross Adey, of the Veterans Administration Hospital in Loma Linda, CA, told Microwave News.

The draft report generally endorses a 2 mG exposure limit. It would take effect immediately for new day care centers, schools and playgrounds, as well as for new transmission lines near existing housing. A somewhat more

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 65

ELECTROMAGNETIC BIOLOGY AND MEDICINE

ISSN: 1539-8379 (print), 1539-8386 (electronic)
Electromagn Biol Med, July-October, 1-12
© 2013 Informa Healthcare USA, Inc. DOI: 10.1080/15398379.2013.811314

informa healthcare

ORIGINAL ARTICLE

Extra-low-frequency magnetic fields alter cancer cells through metabolic restriction *Eviter plus de 1 mG en exposition chronique, dit Paul Héroux, physicien et prof de toxicologie des CEM aux futurs médecins à McGill*

Ying Li^{1,2} and Paul Héroux^{1,2}

¹ViridiusPlus Laboratory, Department of Surgery, Royal Victoria Hospital, Montreal, QC, Canada and ²Department of Epidemiology, Biostatistics and Occupational Health, McGill University, Montreal, QC, Canada

Abstract
Background: Biological effects of extra-low-frequency (ELF) magnetic fields (MFs) have lacked a credible mechanism of interaction between MFs and living material. Objectives: To examine the effect of ELF-MFs on cancer cells. Method: Five cancer cell lines were exposed to ELF-MFs within the range of 0.025-5µT, and the cells were examined for karyotype changes after 6d. Result: All cancer cells lines lost chromosomes from MF exposures, with a mostly flat dose-response. Constant MF exposures for three weeks allow a rising return to the baseline, unperturbed karyotypes. From this point, small MF increases or decreases are again capable of inducing karyotype alterations (KCA). Our data suggest that the KCA are caused by MF interference with mitochondria's adenosine triphosphate synthase (ATPS), compensated by the action of adenosine monophosphate-activated protein kinase (AMPK). The effects of MFs are similar to those of the ATPS inhibitor, oligomycin. They are amplified by metformin, an AMPK stimulator, and attenuated by resveratrol, an AMPK inhibitor. **Dose-dependent KCA of various cancer cell lines show exceptionally wide and flat dose-responses, except for those of myeloblastoma cells, which display a progressive rise from 0.025 to 0.045µT. Conclusion: The biological effects of MFs are connected to an alteration in the structure of water that impedes the flux of protons in ATPS channels. These results may be environmentally important, as some of the central roles played in human physiology by ATPS and AMPK particularly in those links to diabetes, cancer and longevity.**

Keywords
AMP-activated protein kinase, ATP synthase, chronic, extra-low-frequency

History
Received 8 January 2013
Revised 3 May 2013
Accepted 26 May 2013
Published online 31 July 2013

66

MICROWAVE NEWS
A Report on Non-Ionizing Radiation

Home News Center About Us EMF/EMR Meters
EMF/EMR Directory Support Us

WHO and Electric Utilities: A Partnership on EMFs

October 1, 2009

As members of the WHO Task Group make their way to Geneva for next week's meeting to complete its Environmental Health Criteria (EHC) document on power-frequency EMFs, new information has emerged showing that the electric utility industry has played a major role at every stage of developing the review document.

Microwave News has learned that Mike Repacholi, the head of the WHO EMF project, recruited utility representatives to help write the original draft of the document and later asked them to review the completed draft. Then, as we reported last week, Repacholi invited eight utility representatives to

18

67

« Évitement prudent »

S'attaquer aux sources principales, en premier en s'éloignant de celles auxquelles on est exposé 4 h par jour ou davantage. L'intensité des champs électriques (voltage, câble sous tension) et magnétiques (ampérage, consommation de courant) diminue au carré de la distance : à 10 pouces, le champ magnétique est cent fois plus faible qu'à 1 po.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 68

60 Hertz (basses fréquences) « Évitement prudent »

- Éloigner les fils et appareils à 3 pieds, éviter le lit d'eau, débrancher la couverture électrique (bouillotte)
- Éviter vieux câbles chauffants électriques (100 mG) : Câble vert de Flextherm.com = 0 mG
- Pour connaître les émissions extérieures, éteindre le disjoncteur principal de la maison – Les champs magnétiques plus élevés en période de chauffage (+ de courant/ampères)

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 69

Champs magnétiques domestiques (60 Hertz) nourrissent le cancer et la leucémie infantile en particulier

200 à 600 m des lignes haute tension

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca

Champs magnétiques

- Les lignes de distribution et les courants de mise à la terre constituent les sources prédominantes dans la majorité des situations où les champs sont égaux ou supérieurs à 0,4 µT.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 71

Se tenir à 2 m des sources principales

- Transférer la mise à la terre de l'entrée d'eau métallique sur des tiges enfouies
- Éloigner lits à au moins 6 pieds (2 m) de l'entrée électrique

www.maisonsaine.ca

Champs électriques

- Faciles à bloquer avec du métal, par exemple avec un câble blindé commercial



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

73

Wolfgang Maes : 7 ans d'insomnie

Mise à la terre déficiente, fils, appareils et panneau électriques autour et sous son lit, matelas à ressorts fortement magnétiques et tapis de synthèse chargé d'électricité statique.

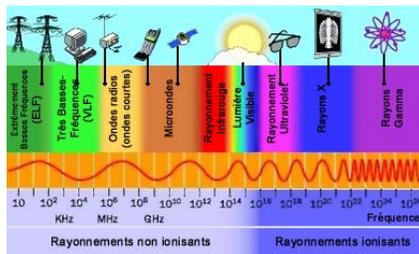
- Je me suis senti beaucoup mieux dès les semaines suivantes. Deux mois plus tard, je n'avais plus besoin de médicaments (pour le cœur et le diabète). Les médecins semblaient être plus confus que ravis ! -

Source: Stress from current and radiation: The sick sleeping-room and its successful treatment

www.maes.de/15%20ENGLISH/maes.de%20LECTURE%20WRF%20STRESS.PDF

radiofrance.ca

Radiofréquences/micro-ondes



18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

75

Santé Canada ne considère que les effets thermiques des ondes

CANADIAN MEDICAL ASSOCIATION JOURNAL REPORTS HEALTH CANADA'S WIRELESS LIMITS ARE "A DISASTER TO PUBLIC HEALTH"

0 Comments

OTTAWA, May 7, 2015 /CNW/ - The Canadian Medical Association Journal today published a scathing condemnation of Health Canada's safety guidelines for cell phones and Wifi.

The Journal (CMAJ) interviewed multiple international experts in radiation and cancer, who warn that the microwave levels allowed in Canadian classrooms, residences and workplaces are, "a disaster to public health."

Reduce Exposure From Wireless Transmitting Devices

World Health Organization: Setting the Standard for a Wireless World of Harm

« L'énergie de RF ne constitue pas un danger pour la santé des Canadiens lorsque les limites d'exposition humaine recommandées par le Code de sécurité 6 sont respectées » (exposition : 6 minutes). - Santé



18 octobre

THE SECRET INSIDE YOUR PHONE

MORE ON THE SECRET INSIDE YOUR PHONE

77

Source : Ministère de la santé du Luxembourg

Équivalences en microwatts / m2

Seuils limites des champs électromagnétiques de hautes fréquences

ICNIRP (Europe)		Canada	
Recommandation 1998/519/EG		42 V/m (900 MHz) - 38 V/m (1000 MHz) - 41 V/m (2000 MHz)	
Luxembourg	6,0 V/m		4,5 millions
Pologne	6,0 V/m		100 000
Italie	6,0 V/m		40 000
Suisse	4,0 V/m (900 MHz)	6,0 V/m (1800 MHz)	25 000
Luxembourg	3,0 V/m		10 000
Wallonie (Belgique)	3,0 V/m		1 000
Bruxelles	1,94 V/m (900 MHz)	4,34 V/m (1800 MHz)	100
Salzbourg (Autriche)	0,6 V/m		
Bioinitiative Working group	0,6 V/m		
STOA	0,2 V/m		

• ICNIRP: International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection
• STOA: Direction Générale Science-Direction A du Parlement Européen
• Bioinitiative: groupe de scientifiques indépendants basant sur 2000 études évaluées en 2007

Effets thermiques (en rapport avec un échauffement du tissu humain ou des processus de thermorégulation); effets non thermiques ou athermiques non considérés

78

Les opérateurs de radio/radar et autres personnes intolérantes aux ondes artificielles ont les mêmes symptômes

Tableau 3 Les 10 symptômes de la personne météo-sensible (par ordre d'importance)

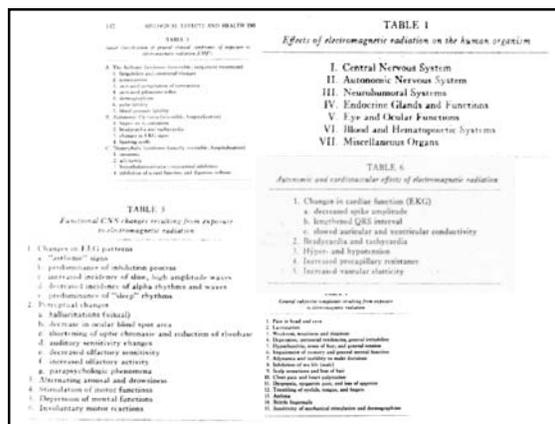
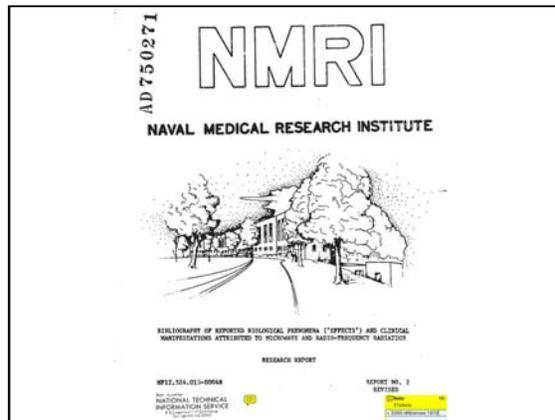
1. Fatigue
2. Mauvaise humeur
3. Manque d'enthousiasme pour le travail
4. Maux de tête
5. Sommeil agité
6. Perte de concentration
7. Nervosité
8. Douleur aux articulations/blessures
9. Mémoire perturbée
10. Tendance à commettre des erreurs

Les baromètres humains, Gilles Brien, biométéorologue, Éd. de l'homme

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

79



4 études épidémiologiques indique que le risque de gliome est plus élevé après dix ans d'usage du cellulaire 30 minutes par jour pendant dix ans du même côté de la tête où l'on tient le combiné (dose/risque sous-estimé car dépend de plusieurs facteurs, pas juste du temps d'utilisation)

Radiofréquences (sans fil) classées peut-être cancérigènes en 2011

Effets non thermiques

« ... ruptures d'ADN, création de radicaux libres, dysfonctionnement immunitaire, les problèmes cognitifs, synthèse de la protéine du stress au cerveau, altération du développement du cerveau, troubles du sommeil et de la mémoire, le TDAH [trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité], le comportement anormal, dysfonctionnement des spermatozoïdes et tumeurs cérébrales. »

- Association médicale californienne, déc. 2014 ehtrust.org

ENVIRONMENTAL HEALTH TRUST

ABOUT KEY ISSUES POLICY SCIENCE EDUCATE YOURSELF TAKE ACTION RESO



"Clear Evidence Of Cancer" Concludes U.S. National Toxicology Program Expert Panel On Cell Phone Radiation

[UC Berkeley : http://www.saferemr.com/2018/](http://www.saferemr.com/2018/)

Scientific panel advises there is evidence for an association between both heart and brain cancers and cell phone radiation in large-scale animal study.

Expanded Press Release (with radio/TV/print news at bottom of page)

(Triangle Park, NC) March 28, 2018



LE CIRC PRIÉ DE RÉEXAMINER LA CANCÉROGÉNÉCITÉ DES RADIOFRÉQUENCES EN « HAUTE PRIORITÉ »

D'ici 2024, le rayonnement RF sera vraisemblablement classées cancérigène probable comme le glyphosate ou cancérigène humain

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 86

Hypersensibilité électromagnétique (HSEM) OMS 2005
<http://www.who.int/peh-emf/publications/facts/fs296/fr/>

La HSEM est caractérisée par divers symptômes non spécifiques qui diffèrent d'un individu à l'autre. Ces symptômes ont une réalité certaine et peuvent être de gravité très variable. Quelle qu'en soit la cause, la HSEM peut être un problème handicapant pour l'individu touché. Il n'existe ni critères diagnostiques clairs pour ce problème sanitaire, ni base scientifique permettant de relier les symptômes de la HSEM à une exposition aux CEM. En outre, la HSEM ne constitue pas un diagnostic médical. Il n'est pas non plus évident qu'elle corresponde à un problème médical unique.

A l'intention des médecins de traitement des individus touchés doit se concentrer sur les symptômes sanitaires et sur le tableau clinique et non sur le ressenti de la personne quant à la nécessité de réduire ou d'éliminer les CEM à son poste de travail ou à son domicile. Ce traitement nécessite :

- une évaluation médicale visant à identifier et à traiter toute pathologie spécifique pouvant être responsable de ces symptômes,
- une évaluation psychologique destinée à identifier d'autres pathologies psychiatriques ou psychologiques pouvant être responsables de ces symptômes,
- une évaluation des facteurs intervenant au poste de travail ou au domicile, susceptibles de contribuer à la manifestation des symptômes présentés. Il peut s'agir notamment de la pollution de l'air des locaux, d'un bruit excessif, d'un mauvais éclairage (lumière papillotante) ou de facteurs ergonomiques. Une réduction du stress ou d'autres améliorations des conditions de travail peuvent s'avérer appropriées.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 87

Antennes de téléphonie mobile (tours/stations de base)
Next-up.org
© Roger SANTINI – (Avril 2006)

atteindre : - 100 m pour l'irritabilité, la tendance dépressive, la perte de mémoire, les difficultés de concentration, les vertiges, - 200 m pour les maux de tête, les perturbations du sommeil, le sentiment d'inconfort, les problèmes cutanés, - 300 m pour la fatigue. Les résultats obtenus montrent également une plus grande sensibilité des femmes et des sujets âgés de plus de 60 ans et soulignent une plus grande nocivité de la position face aux antennes ⁴⁵.

N.B. Des résultats complémentaires obtenus dans l'étude de R. Santini, ont été publiés en 2002 et 2003 dans une autre revue scientifique française (*Pathologie Biologie*) :

- **R. Santini et coll.** Enquête sur la santé de riverains de stations relais de téléphonie mobile : *I/ Incidences de la distance et du sexe. Pathol. Biol.* 2002, 50 : 369-373.
- **R. Santini et coll.** Enquête sur la santé de riverains de stations relais de téléphonie mobile : *II/ Incidences de l'âge des sujets, de la durée de leur exposition et de leur position par rapport aux antennes et autres sources électromagnétiques. Pathol. Biol.* 2003, 51 : 412-415.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 88

Syndrome du micro-ondes
next-up.org/Newsoftheworld/MicrowaveSyndromeMicroOndes.php#1

Insomnie et autres perturbations du sommeil, maux de tête, syndrome lympho-cutané-muqueux, inquiétude, stress, perte d'appétit, hypoxie (manque d'oxygène vers vos cellules), incapacité de se concentrer, manque de mémoire, vertiges, irritabilité, nausée, hyperactivité, fatigue, problèmes de vision, yeux secs, inflammation d'oeil, affaiblissement du système immunitaire, allergies, urination fréquente, sueurs nocturnes, soif, saignements de nez, etc.
Ces symptômes apparaissent très souvent soudainement chez les personnes qui résident dans une zone proche d'antennes relais de téléphones cellulaires ou une zone polluée par les CEM.

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 89

seuls les êtres plus sensibles seront affectés, mais nous le sommes tous car le corps est électrique

Le problème, c'est qu'on ignore qui est plus sensible, à part les enfants, les femmes enceintes, les malades et les personnes âgées

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 90

5 yr old child 10 yr old child Adult

31,73
10,19
5,78
1,68
1,05
0,60
0,34
0,19

✓ Pas de téléphone mobile pour les moins de 15 ans ! - criirem
<https://www.criirem.org> • Mobiles ▼
 12 juil. 2005 - Quoi que suggère ce guide produit par les opérateurs et diffusé un mois avant Noël, le conseil scientifique du Criirem rappelle qu'en Angleterre le rapport Stewart **déconseille** depuis plusieurs années l'usage du téléphone mobile pour les moins de 15 ans, y compris donc pour les

18 octobre 2019 www.maisonstairc.ca 9/

Gro Harlem Brundtland est électrohypersensible

12 Jan 2012 / André Fautoux / Aucun commentaire

Tweet

L'industrie du cellulaire a-t-elle eu sa tête à l'OMS? - Hydro-Québec impliqué dans l'établissement des normes laxistes de l'OMS

Le 9 mars 2002, l'ancienne première ministre de la Norvège et directrice générale de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la Dre Gro Harlem Brundtland, prenait le monde par surprise. Elle déclarait au journal norvégien *Dagbladet* (voir le texte ci-bas) que les radiofréquences (micro-ondes) émises par un téléphone cellulaire lui occasionnaient des maux de tête, car elle était hypersensible aux champs électromagnétiques (CEM). « Je réagis aux téléphones mobiles situés jusqu'à environ quatre mètres de distance, a-t-elle expliqué. Pour ne pas être soupçonnée d'hystérie [...] j'ai fait plusieurs tests. Des personnes ont visité mon bureau avec un téléphone portable caché dans un sac ou une poche, sans que je sache s'il était activé ou éteint, puis nous avons observé mes réactions. J'ai toujours réagi lorsque le téléphone était activé, mais jamais quand il était éteint. Donc, cela ne fait aucun doute. »

Gro Harlem Brundtland, ancienne première ministre de la Norvège et directrice générale de l'Organisation mondiale de la santé.

190 Hallberg and Oberfeld

1,5 à 30 % des gens + ou - affectés

Table 1
 Estimated prevalence of electro-sensitive people in different years and countries

Measured year	% EI sensitive	Country, reported year	Ref. No.
1985	0.06	Sweden 1991 (0.025-0.125%)	National Encyclopedia Sw., 1991
1994	0.63	Sweden 1995	Anonymous est., 1994
1995	1.50	Austria 1995	Leitgeb N. et al., 1995, 2005
1996	1.50	Sweden 1998	SNBHW, Env. report, 1998
1997	2.00	Austria 1998	Leitgeb N. et al., 1998, 2005
1997	1.50	Sweden 1999	Hillert L. et al., 2002
1998	3.20	California 2002	Levallois P., 2002
1999	3.10	Sweden 2001	SNBHW, Env. report, 2001
2000	3.20	Sweden 2003	Sw Labour Union Sif, 2003
2001	6.00	Germany 2002	Schroeder E., 2002
2002	13.30	Austria 2003 (7.6-19%)	Spiß B., 2003
2003	8.00	Germany 2003	Infas, 2003
2003	9.00	Sweden 2004	Elöverkänsligas Riksförbund, 2005
2003	5.00	Schweiz 2005	Bern, Medicine Social, 2005
2003	5.00	Ireland 2005	This is London, 2005
2004	11.00	England 2004	Fox E., 2004
2004	9.00	Germany 2005	Infas, 2004
2017	50.00	Extrapolated to 50%	

Les hypersensibilités chimiques et électro reconnues en 2000

La perte de tolérance aux champs électromagnétiques touche les et +pi-3 à 10 % de la population

The Nordic Adaptation of Classification of Occupationally Related Disorders (Diseases and Symptoms) to ICD-10
 (ICD-10: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems)

"Multiple chemical sensitivity" (MCS).
 Symptoms from multiple organ systems triggered by very low concentrations of chemically unrelated pollutants ("smell"), i.e. organic solvents, disinfectants (incl. formaldehyde), chlorine, ammonia/amines, perfumes, "mould metabolites" etc.

"Electromagnetic intolerance"
 "Ei-allergy".
 Usually general symptoms (tiredness, nausea, memory- and concentration difficulties etc.) related to use of TV/PC/data-screens, electrical transformers or fluorescent lamps. Symptoms disappear in "non-electrical environments".

"Chronic fatigue syndrome"
 "Myalgic encephalitis"
 Use preferably ICD-10 code F48 Fatigue syndrome or G93.3 Postviral fatigue syndrome or R53 Malaise and fatigue.

"Chronic heavy metal intoxication"
 "Amalgamism". "Mercury intoxication from dental amalgam fillings", "Oral galvanism". Symptoms usually attributed to release of mercury from dental fillings. The "intoxication" is not supported by elevated concentration of mercury or other heavy metals in blood or urine. (Increased excretion of mercury or lead after use of chelators is usually not accepted as valid diagnostic criteria).

Other idiopathic environmental intolerance
 A number of non-occupational causes may be presented with multiple or unclear attributions to environmental factors, like "hypoglycaemia" or ill defined "food intolerance" (often attributed to "candida" or "E-labelled food additives").

FranceSoir

LOI ANTI-ONDES: LE WI-FI INTERDIT DANS LES CRÈCHES, LIMITÉ EN PRIMAIRE

Publié le : Vendredi 30 Janvier 2015 - 15:01
 Dernière mise à jour : Samedi 31 Janvier 2015 - 13:58

Le Parlement a définitivement adopté, jeudi 29, une loi encadrant l'exposition aux ondes électromagnétiques. Baptisée "loi Abeille", elle vise notamment à interdire le wi-fi dans les crèches et à modérer l'installation des antennes-relais.

FIL D'ACTUALITÉS

Publié à : 14:43:11
 Les États-Unis accueilleront 85.000 réfugiés en 2016

Publié à : 12:51:42
 Seine-Saint-Denis: Noisy-le-Grand bascule à droite

Publié à : 11:18:27
 Régionales: le référendum de Cambadélis divise la gauche

leMonde.fr Première reconnaissance d'un handicap dû à l'électrosensibilité en France

Première reconnaissance d'un handicap dû à l'électrosensibilité en France

Une plaignante a obtenu le droit à une allocation pour adulte handicapé et espère que la décision du tribunal fera jurisprudence.

Le Monde.fr avec AFP | 25.08.2015 à 14h39 • Mis à jour le 27.08.2015 à 08h54

Fertil. Steril. 2012 Jan;97(1):39-45. doi: 10.1016/j.fertster.2011.10.012. Epub 2011 Nov 23.

Use of laptop computers connected to internet through Wi-Fi decreases human sperm motility and increases sperm DNA fragmentation.

Arenbalo C, Masa A, Sanchez-Serrano CA, Donceel GE.

Author information

Abstract
OBJECTIVE: To evaluate the effects of laptop computers connected to local area networks wirelessly (Wi-Fi) on human spermatozoa.
DESIGN: Prospective in vitro study.
SETTING: Center for reproductive medicine.
PATIENT(S): Semen samples from 29 healthy donors.
INTERVENTIONS(S): Motile sperm were selected by swim up. Each sperm suspension was divided into two aliquots. One sperm aliquot (experimental) from each patient was exposed to an internet-connected laptop by Wi-Fi for 4 hours, whereas the second aliquot (unexposed) was used as control, incubated under identical conditions without being exposed to the laptop.
MAIN OUTCOME MEASURE(S): Evaluation of sperm motility, viability, and DNA fragmentation.
RESULTS: Donor sperm samples, mostly normozoospermic, exposed ex vivo during 4 hours to a wireless internet-connected laptop showed a significant decrease in progressive sperm motility and an increase in sperm DNA fragmentation. Levels of dead sperm showed no significant differences between the two groups.
CONCLUSIONS(S): To our knowledge, this is the first study to evaluate the direct impact of laptop use on human spermatozoa. Ex vivo exposure of human spermatozoa to a wireless internet-connected laptop decreased motility and induced DNA fragmentation by a nonthermal effect. We speculate that keeping a laptop connected wirelessly to the internet on the lap near the testes may result in decreased male fertility. Further in vitro and in vivo studies are needed to prove this contention.

18 octobre 2015

Copyright © 2012 American Society for Reproductive Medicine. Published by Elsevier Inc. All rights reserved.

Dr. Hugh Scully Testimony to the City of Toronto

(Past-President of Ontario Medical Association, Past-President of Canadian Medical Association, Past-President of Canadian Cardiovascular Society.)

As a physician leader in Canada with a great commitment to the health of Canadians, I am very concerned about the increasing evidence internationally that EMR is creating increasing health problems in our population as its use increases exponentially. This is particularly true among children and young Canadians, and teachers and nurses who are continuously exposed to WiFi routers in schools [and hospitals].

As a cardiac specialist, I am concerned that approximately 20% of people have detrimental cardiac rhythm sensitivity to EMR.

www.stopsmartmetersbc.com/canadian-doctors-speak-out-against-wifi-in-toronto-parks/

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

Comment réduire l'exposition aux ondes du cellulaire

- Le mettre en mode avion le plus souvent possible, surtout la nuit (ne jamais dormir près d'un cellulaire allumé)
 - Utiliser un téléphone filé le plus souvent possible
 - Texter le plus possible
 - Haut parleur ou casque d'écoute Air Tube (EM3E.com)
 - Éviter le Bluetooth
- Réduire la durée de vos conversations à moins de 6 minutes
 - Éviter/écouter les appels quand la réception est faible
Ex: dans les transports (métal réfléchit ondes)
 - Limiter aux urgences pour les - de 16 ans (UK)

Sources : ehtrust.org - showthefineprint.org

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

Évitez/minimiser le Wi-Fi

- Privilégier les connexions Web câblées
www.vert-techno.com 65\$ l'heure
(plus rapides, plus sécuritaires, plus saines)
<http://www.lapresse.ca/techno/internet/201710/16/01-5140147-une-faillie-rend-les-reseaux-wifi-potentiellement-piratables.php>
 - Jamais de tablette sur le corps
 - Mode Avion le plus possible
(toujours la nuit – mélatonine)

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

Privilégiez les connexions câblées (coaxial ou Ethernet)

Wi-Fi - Les antennes intégrées de votre Speedport envoient et reçoivent des signaux radio pour la mise à disposition de votre WLAN. Évitez de mettre en place votre Speedport à proximité immédiate des chambres à coucher, des enfants et des loisirs afin de maintenir l'exposition aux champs aussi basse que possible.

<https://www.telekom.de/hilfe/downloads/kurzbelegungsanleitung-speedport-smart.pdf>

Modem Fast 5250 de Sagemcom installé par Bell : Ses instructions « identifient clairement la distance minimale (23.39 cm) à laquelle le dispositif doit être maintenu de l'utilisateur afin d'être en conformité avec les limites d'exposition aux radiofréquences. D'après vos courriels, le technicien de Bell n'aurait pas suivi les instructions d'installation du modem. Conséquemment, nous vous invitons à soumettre une plainte à Bell pour l'installation inappropriée. »

- Santé Canada, 2017

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

La Californie savait les compteurs « intelligents » nocifs
26 Mar 2015 / André Faubus / Action communautaire

Conseillé secrètement par l'ancien médecin responsable des études sur l'électromagnétique à l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et à l'Institut de recherche des compagnies d'électricité américaines (EPRI), l'État américain offre l'option du compteur mécanique non émetteur de micro-ondes qu'Hydro-Québec prétend non disponible.

- Partenariat entre l'Industrie et l'OMS
- L'hyper-sensibilité électromagnétique
- Sur la nocivité des compteurs à RF

Les gens devenus intolérants aux champs électromagnétiques (CEM) devaient pouvoir conserver leur compteur électromécanique (analogique) plutôt que de se faire imposer un compteur « intelligent » électronique (numérique) émetteur de radiofréquences (RF), avouait en 2010 l'ancien président de la Commission des services publics de la Californie (CPUC) dans un courriel saisi grâce à un mandat de perquisition. La missive de Michael Frewey était adressée à nul autre que Brian K. Cherry, vice-président du grand fournisseur d'énergie Pacific Gas & Electric (PG&E) de San Francisco. En janvier 2015, des enquêteurs du bureau du procureur général californien ont saisi leurs ordinateurs dans le cadre d'une enquête criminelle. Les deux hommes sont soupçonnés de collusion et de corruption dans la nomination d'un magistrat favorable à une demande de hausse de tarif générant des revenus de 1,3 milliard \$.

Un Former CPUC President Loretta Lynch Planned to Physicists and Researchers Delivers Sneaky Indictment of Smart Meters and EMF Risks at Mountain View Wireless Summit.

18

Passez à l'action!

- Téléchargez le Guide d'assainissement de l'air de la SCHL sur maisonsaine.ca
- Installez un VRC ou faites le inspecter <http://bnq.qc.ca/fr/normalisation/construction/entrepreneurs-et-professionnels-novoclimat.html> (ou posez un ventilateur de salle de bains silencieux), utilisez un déshumidificateur et un hygromètre et lire sur le calibrage de ce dernier : <http://www.lapresse.ca/maison/immobilier/conseils/200702/19/01-870037-quand-nos-hygrometres-derailent.php>
- Commandez un test de radon <https://radonscan.ca/store> et une expertise électromagnétique via www.em3e.com

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 104

Commandez un compteur non communicant

compteurs.hydroquebec.com/questions-reponses/installation/nouveau-compteur-hydro-quebec-obligatoire

- Si le client signale son intention après le délai de 30 jours, Hydro-Québec installera un compteur non communicant, mais les frais d'installations seront alors de 85 \$ (au lieu de 15 \$).
- Frais de relève : 2,50 \$ par mois

Détails : <http://refusonslescompteurs.wordpress.com/>
www.cqlpe.ca

18 octobre 2019 www.maisonsaine.ca 105

Small cells: the foundation of future networks ...

www.maisonsaine.ca

Em3e.com

Peinture de blindage Yshield HSF54 en format de 5 litres \$295.00

Baldaqun Swiss Shield Naturell | Expertise

5G (ondes mm) : l'inconnu

- www.5gappeal.eu
- Pas encore de normes et aucune études de sécurité encore faites sur la 5G
- Mais déjà 103 études sur les ondes mm
- Les glandes sudoripares agissent comme une antenne et la peau en lien avec les systèmes immunitaire et nerveux
- Risques de résistance aux antibiotiques, risques pour les yeux,

108

Tapez le titre ici

Électrosmog : références

maisonsaine.ca/electrosmog (*La Maison du 21^e siècle*)

<https://www.stopponsla5g.ca>

electrosensibilitequebec.com

ehs-mcs.org (Dr Dominique Belpomme)

<https://mfsafetech.org/> - <http://phiremedical.org/>

microwavenews.com (**LA référence depuis 1981**)

bioinitiative.org (synthèse des études)

eht.org (Environmental Health Trust)

c4st.org (ex-président de Microsoft Canada)

18 octobre 2019

www.maisonsaine.ca

109

Protégeons les enfants!



Tapez le titre ici