

## Évaluez votre niveau de sensibilité face aux ondes Électromagnétiques grâce au questionnaire



(Electro Hyper-Sensitivité Indicateur©)

EHSI est le **premier questionnaire** qui a pour vocation de proposer une **auto-évaluation** prudente de votre niveau de sensibilité face aux ondes électromagnétiques environnementale.

C'est-à-dire évaluer la réaction qu'à notre corps soumis aux stimuli des basses fréquences et des hautes fréquences; afin d'acquérir une « hygiène de vie électromagnétique » pour prendre conscience des bons gestes à adopter pour s'en protéger et réduire votre niveau d'exposition.

### ☞ Qu'est ce que l'électro-sensitivité ?

Pour qu'il n'y ait aucune confusion il est important de bien comprendre la différence de terminologie entre **électro sensibilité** qui est couramment employé pour parler d'**électro sensibilité**. On parle de **syndrome** et non de **pathologie**.

☞ *Retenez que l'électro-sensibilité signifie en lien avec nos 5 sens **non soumis à un stimulus**; alors que l'électro-sensitivité signifie **sous stimuli** c'est une réaction de l'organisme à un stimulus.*

Imaginez que notre cerveau soit matérialisé par la peau, les basse fréquences par du jus de citron et les hyperfréquences par du poivre. Posons du poivre ou du citron sur la main, aucune réaction de l'organisme. Maintenant amenez votre main au dessus de votre nez et respirez le poivre, vous allez éternuer, mettez du citron sur une coupure elle va piquer. Quand notre cerveau est soumis aux ondes artificielles, la BHE (Barrière hémato-encéphalique) peut finir par s'ouvrir en réaction aux stimuli des ondes.

### ☞ Pourquoi ce questionnaire

Cet outil d'auto-évaluation pour mesurer notre niveau d'exposition aux ondes artificielles a été créé par la fondatrice de l'association Sophie Gareau. Ancienne consultante en ressources humaines pendant 5 ans, elle a toujours été motivée pour accompagner les jeunes. En effet, en 2003 elle crée et commercialise le CEP (Centre d'Evaluation des Potentiels) un concept d'orientation professionnel étudiant. Ensuite en 2004, elle développe une méthodologie en bilan de compétences adultes et juniors. Et enfin en 2005, création d'Opti Mum, une méthode d'accompagnement individuel axée sur « le physique et le mental » adaptée aux mamans en pré et post natal.

Parallèlement, elle s'est formée en coaching individuel et en team building tout en se certifiant sur différents outils psychométriques tel que le MBTI (Myers Briggs Type Indicator). Cet outil d'évaluation psychologique basé sur l'auto diagnostique de la personnalité lui a donné l'idée de réaliser ce questionnaire pour évaluer notre **niveau de sensibilité physiologique face aux ondes artificielles**.

## 👉 La philosophie du questionnaire

Vous êtes la personne que qui vous connaissez le mieux, afin d'évaluer votre niveau d'électrosensitivité.

Pour élaborer le questionnaire « parents » / « adulte » et mesurer un niveau d'exposition global d'un individu, tant sur les types d'exposition environnementale intérieure qu'extérieure, Sophie Gareau a orienté ses recherches sur de nombreuses études scientifiques, ouvrages, revues médicales pour identifier des symptômes tangibles. Ce questionnaire tient compte de symptômes possibles recueillis dans différentes études, rapports scientifiques et préconisation d'organismes mondiaux de la santé.

*(Sources études scientifiques et épidémiologiques mondiales et indépendantes : En 2011, l'OMS (l'Organisation mondiale de la santé) a classée les ondes électromagnétiques comme « potentiellement cancérigènes», l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) a publié un rapport d'expertise relatif à l'exposition aux radio fréquences et la santé des enfants, l'étude de Feychting (1992 leucémie et ligne de haute tension), Association de médecins « concordance », La Résolution 1815 du Conseil de l'Europe, le décret du 18 octobre 2006 relatif à la comptabilité des équipements électriques et électroniques, ainsi que des centaines d'études d'experts internationaux nous obligent à garder un doute, un gros doute, quant à l'innocuité de ces fréquences et champs électromagnétiques, AFM-SICEM (Association des Malades du Syndrome d'Intolérance aux Champs Electro magnétiques), ARTAC (Association pour la Recherche Thérapeutique Anti-Cancéreuse).*

## 👉 Historiquement

Les premiers symptômes remontent à la 2ème guerre mondiale. Les opérateurs radio travaillaient sans cesse en contact direct sur ou autour d'un émetteur radio pour communiquer avec l'état major. Plusieurs d'entre eux ont rapporté des symptômes divers et incapacitants qui ont mené à la description du premier syndrome nommé «maladie des radiofréquences» (radio wave sickness).

## 👉 Constat

Sur terre, nous sommes soumis à deux types de champs électromagnétiques :

- **les champs d'origine naturelle terrestre**
- **les champs d'origine artificielle produit par l'homme**

Ce questionnaire ne tient compte que des **champs électromagnétiques** produits par l'homme :

- ✓ **Les champs électriques 50Hz BF (basses fréquences)**
- ✓ **Les champs magnétiques 50Hz BF (basses fréquences)**
- ✓ **Les hyperfréquences 300MHz HF et 300GHz HF (hautes fréquences).**

Que nous soyons à la maison, au travail, dans les transports, à l'hôtel, sur la plage, dans un club de vacances, chez des amis... nous pouvons prétendre sans grand risque que nous sommes tous sous l'influence des champs électromagnétiques de nature artificielle.

Les champs électromagnétiques sont de plus en plus présents dans notre environnement personnel et professionnel. Ils sont **invisibles et inodores mais indetifiables et bien heureusement mesurables**. Bon nombres d'études scientifiques et épidémiologiques mondiales et indépendantes pointent du doigt le fait que la surexposition des champs électromagnétiques est dommageable pour la santé.

Nous savons aujourd'hui que les champs électromagnétiques **viennent perturber nos cellules, notre système endocrinien et nos défenses immunitaires**.

Une norme légale n'est pas une limite biologique. Les normes actuelles varient d'un pays à l'autre, sans tenir compte de la population des 0/15ans qui sont les plus vulnérables et les plus fragiles. Si depuis 2003 les compagnies d'assurances ne couvrent plus les risques liés à ces ondes, posons-nous alors les bonnes questions en toute conscience.

A l'époque de nos grands parents ils n'existaient que les champs électromagnétiques 50Hz pour le réseau domestique, il n'existait pas les antennes relais, le CPL (courant porteur en ligne), le WIFI, le Smartphone... qui font que **notre environnement se retrouve inondé, saturé d'ondes**.

**Nous ne sommes donc plus soumis à un seul type d'ondes artificielles mais à une multitude qui se juxtapose et qui peut créer des problématiques de santé**. C'est alors que certaines personnes, plus sensibles à ce type d'ondes commencent à en ressentir les effets plus ou moins intense et souffrent de maux parfois difficilement identifiables par le corps médical. Ces symptômes commencent à être reconnus dans beaucoup de pays sauf la France.

Contact presse : Sophie Gareau 04 26 63 64 12  
[info@familyondes.fr](mailto:info@familyondes.fr) / [www.familyondes.fr](http://www.familyondes.fr)

## Les sources

### Rayonnement hautes fréquences ou hyperfréquences

- Téléphones portables et antennes relais avec le 2G, 3G le 4G et à venir le 5G
- Téléphones DECT fixe sans fil : **La base principale rayonne en permanence, plus faiblement combiné sur son socle et fortement combiné décroché.**
- WIFI : entre une box et un ordinateur, une TV, entre un Smartphone et une box "hot spots" (restaurants, aéroports, gares et hôtels),
- Bluetooth entre une souris sans fil et un ordinateur, entre l'oreillette sans fil et le Smartphone,
- Les fours à micro-ondes, les radars et autres nouvelles technologies utilisant les hyperfréquences,
- La liste des objets connectés est en pleine explosion

### Rayonnements basses fréquences

Les champs **électriques** basses fréquences sont émis par :

- les appareils électriques sous tension,
- les réseaux de fils électriques sous tension.

Les champs **magnétiques** basses fréquences sont émis par :

- les lignes électriques surtout HT (hautes tensions),
- les transformateurs,
- les moteurs électriques,
- les appareils qui comportent des bobinages,
- les appareils électriques de fortes puissances (kW) : radiateurs électriques, plaques induction...

## La notion de cofacteurs

La multiplication permanente des champs électromagnétiques (antennes relais, wifi, Bluetooth, 4G, portables...) additionnée à l'explosion de tous les appareils connectés (jeux, consoles sans fils, compteurs communicant, appareils électroménagers...), implique que nous sommes tous exposés. Les manifestations varient d'un individu à l'autre, nous ne sommes pas tous sensibles de la même façon. C'est surtout l'effet cumulatif de cofacteurs qui crée une pathologie rarement un seul facteur.

## Un seul point commun

Les symptômes varient en fonction de l'intensité des rayonnements (mesuré par exemple en Volt/mètre, en nano tesla...) et des types champs électromagnétiques (antennes relais, radar, ligne de haute tension...)

## L'effet « Smartphone »

Chez les jeunes, l'effet « Smartphone » est très préoccupant voire « inquiétant » pour leur santé. Personne n'aurait pu imaginer que les Smartphones puissent provoquer un problème de santé publique, comme d'autres « bijoux » de la technologie, à moins d'apprendre à s'en servir en toute sécurité.

## Retenez

Une norme légale n'est pas une limite biologique !

Nous pouvons tout à fait être sensibles sans symptômes avérés à ce jour mais qui peuvent se déclarer à moyen/long terme.

Nous sommes dans la même problématique que l'amiante à l'époque.

## **Condition d'utilisation du questionnaire EHSI**

**Il est totalement gratuit pour le grand public.**

**Ce questionnaire est disponible en français et en anglais.**

**Il est composé de deux questionnaires ciblé, adulte ou parent-enfant pour évaluer notre niveau de sensibilité en fonction de différents paramètres.**

### **Le questionnaire adulte évalue 9 dimensions :**

- Votre type d'exposition professionnel
- Votre type d'exposition personnel
- Neurologique
- Cardiaque
- Respiratoire
- Dermatologique
- Ophtalmologique
- Autres effets
- Effet comportemental

### **Le questionnaire parents-enfants évalue 10 dimensions :**

- Type d'exposition pendant ma grossesse
- Comment mon enfant est ou a été exposé quotidiennement 0/3ans
- Comment mon enfant est ou a été exposé quotidiennement 4/6ans
- Comment mon enfant est ou a été exposé quotidiennement de 7/10ans
- Comment mon enfant est ou a été exposé quotidiennement de 11/14ans
- Neurologique
- ORL
- Dermatologique
- Ophtalmologiques
- Autres symptômes