

# EHS

## électro. hypersensible

### GUIDE PRATIQUE

à l'usage des personnes  
souffrant d'électrosensibilité  
Vers un parcours de soin apaisé  
et une amélioration de la qualité de vie



**NAVOTI**  
Artisan du bien-être

# SOMMAIRE

<b>Qui sommes-nous ?</b>	<b>5</b>
<b>Note d'intention</b>	<b>6</b>
<b>Contexte</b>	<b>8</b>
<b>Partie 1 : L'homme, un être bioélectrique</b>	<b>10</b>
L'homme électromagnétique	13
Notions de biochamp	14
Le rôle du biochamp	16
<b>Partie 2 : Les ondes, de quoi parle-t-on ?</b>	<b>18</b>
Quelques notions de base sur les ondes électromagnétiques	20
Les limites de la norme	22
Comparaison entre les normes : normes françaises actuelles et celles préconisées par la Baubiologie SBM-2015	24
La biocompatibilité	25
Un protocole de mesure inadapté pour prévenir les impacts sanitaires	27
<b>Partie 3 : Caractérisation de l'électrosensibilité et de l'intolérance aux ondes</b>	<b>28</b>
Qu'est-ce que l'HSEM ? L'hypersensibilité électromagnétique	30
Un premier diagnostic de l'EHS, une publication du professeur Belpomme	32
Syndrome d'adaptation au stress	33
Le stress électromagnétique	36
Syndrome des micro-ondes	37
Les trois stades ou phases cliniques du syndrome d'intolérance aux CEM	40
<b>Partie 4 : Le mal invisible, la non reconnaissance sociale</b>	<b>42</b>
<b>Partie 5 : Questionnaire « où est-ce que j'en suis ? »</b>	<b>46</b>
Questionnaire	48
Des consultations spéciales pour les personnes souffrant d'électrosensibilité dans les CHU	52
Les centres de consultation de pathologie professionnelle et environnementale	53
<b>Partie 6 : Que faire ? Comment se protéger ?</b>	<b>54</b>
L'hygiène électromagnétique	56
Hygiène énergétique	59
<b>Partie 7 : Bien-être, mise à la Terre et nutrition</b>	<b>60</b>
Les bienfaits de la mise à la terre du corps	62
Concrètement, que fait le Earthing ?	63
Prendre soin de soi et de son corps	64
Détox et déparasitage : agents infectieux et pollutions électromagnétiques	67
<b>Partie 8 : Témoignages de personnes électrosensibles</b>	<b>68</b>
<b>Partie 9 : Solutions : Que faire ? Comment se protéger ?</b>	<b>94</b>
<b>Conclusion</b>	<b>104</b>
<b>Annuaire</b>	<b>106</b>
<b>Bibliographie</b>	<b>107</b>

## LES ABRÉVIATIONS COURANTES DE CE GUIDE PRATIQUE

CEM : Champs électromagnétiques	CM : Champ magnétique
OEM : Ondes électromagnétiques	RF : Radiofréquences
BF : Basses fréquences	EHS : Électrohypersensible
HF : Hautes fréquences	MCS : Chimicosensible (sensibilité multiple aux produits chimiques)
CE : Champ électrique	



# COLLECTION

## LES GUIDES PRATIQUES

La collection des guides pratiques Navoti s'inscrit dans une démarche promotrice de santé par l'apport d'une information simple, claire et compréhensible, qui permette à chacun de devenir acteur et de trouver du sens\*. Dans un monde chaotique et confus, souvent vécu comme incohérent, il nous semble essentiel aujourd'hui de pouvoir augmenter son niveau de cohérence individuelle et trouver la voie et la force de son engagement au quotidien.

Ces guides proposent une approche pragmatique de la prévention en santé, par l'apport d'une information originale qui combine autour du fil rouge de nos réflexions et expériences, paroles de professionnels de terrain, témoignages d'utilisateurs ou d'individus concernés par la thématique, et des solutions concrètes et éprouvées qu'elles soient proposées par Navoti ou par d'autres acteurs, sous la forme de produits ou de pratiques.

**Notre partageons ainsi notre vision et le fruit de nos expériences sur les sujets qui nous passionnent, les grands passages et les fondamentaux de la vie : naître, se nourrir, prendre soin, gérer ses souffrances (EHS), vieillir et mourir.**

\*Cette intention va dans le sens du concept de salutogénèse développé par le sociologue médical Aaron Antonovsky qui désigne une approche se concentrant sur les facteurs favorisant la santé et le bien-être (physique, mental, social, etc.), plutôt que d'étudier les causes des maladies (pathogénèse). La salutogénèse est liée au « sens de la cohérence ». Une personne « cohérente » perçoit les événements comme compréhensibles, maîtrisables et significatifs.

**Les conseils et produits présentés dans ce guide ne remplacent en aucune façon une consultation médicale ou les conseils de tout autre professionnel de santé. Seul votre médecin généraliste ou spécialiste est habilité à l'établissement d'un diagnostic médical et à l'établissement du traitement adapté qui en découle.**

# QUI SOMMES-NOUS ?

## NAVOTI, UN PROJET AU SERVICE DU VIVANT

Depuis 2006, Navoti est une entreprise familiale qui incarne et déploie **une vision pionnière des enjeux de la prévention en santé et d'une économie contributive**. Notre slogan, « Artisan du bien-être », caractérise **notre volonté de proposer des solutions humaines et personnalisées pour améliorer votre qualité de vie dans un environnement de plus en plus pollué**.

## NOTRE VISION DE L'HYGIÈNE ÉNERGETIQUE ET ÉLECTROMAGNÉTIQUE

Nous élargissons le concept de qualité de vie à la considération de notre environnement électromagnétique et son influence sur le vivant, ainsi qu'à la qualité des énergies subtiles qui nous entourent et qui nous constituent.

## LES AUTEURS

**François Roulet**, ostéopathe biokinergiste, est engagé depuis plus de 15 ans dans une approche d'hygiène énergétique dans sa pratique de soin et collabore aux recherches de Navoti. Il exerce à Tours et à Paris.

**Frédéric Gana**, est co-fondateur et directeur de Navoti. Depuis son enfance, il est touché par le rapport que l'homme entretient avec les technologies, et par le sens et l'impact de celles-ci sur l'environnement et la santé. Il a souhaité parler de ces diverses technologies qui impactent notre intégrité à travers une série de livres blancs sur les enjeux sanitaires des champs électromagnétiques (CEM).





NOTED'INTE

NOTED'INTE



L'extension du domaine de l'hygiène à notre environnement énergétique et électromagnétique est aujourd'hui une nécessité afin de préserver notre intégrité. L'évolution croissante des pollutions environnementales contrarie de façon insidieuse notre immunité et notre intégrité.

Les témoignages et constats présentés dans ce guide proviennent de notre expérience de terrain, lors de nos interventions en diagnostic électromagnétique, et par l'observation des améliorations sur la qualité de vie de centaines de personnes souffrant d'hypersensibilités et d'inflammation que nous accompagnons, avec nos partenaires thérapeutes, depuis 14 ans chez Navoti.

Ce regard complexe et transversal est riche des nombreuses collaborations que nous entretenons avec des professionnels de santé, des experts en électricité, en électronique, en biologie, en biophysique et autres disciplines qui expérimentent et observent les phénomènes électromagnétiques et leurs interactions avec le vivant.

Nous souhaitons avec cette contribution nourrir le débat sur l'impact sanitaire des ondes électromagnétiques artificielles, améliorer la compréhension de ces enjeux pour les personnes qui en souffrent et pour les soignants, mais aussi faciliter et apaiser leur parcours de soin avec des solutions concrètes.

NTION

# CONTEXTE

## L'ÉLECTRICITÉ ET SES INTERACTIONS AVEC LE VIVANT, UN PHÉNOMÈNE PAS SI RÉCENT QUE CELA

**I**l n'est pas approprié de penser que l'électrohypersensibilité est un mal nouveau.

En 1762 déjà, un botaniste français, Thomas-François Dalibard, qui menait alors des expériences électriques sur le vivant n'a pu continuer pour cause d'intolérance électrique. C'est un des premiers électrohypersensibles (EHS) déclaré formellement. Ce n'est d'ailleurs pas le seul à avoir vécu ce genre d'expériences puisque, Benjamin Franklin fut lui-même atteint d'une maladie neurologique durant ses années de recherche sur l'électricité. **De même Nikola Tesla, ingénieur et inventeur connu pour ses travaux sur le courant alternatif, était lui-même atteint de troubles neurovégétatifs induits. Ceux-ci ont été décrits par un médecin du travail allemand dès 1932, symptômes qui aujourd'hui rejoignent ceux de l'EHS.**

C'est la fin du XIX<sup>e</sup> siècle qui constitue plus particulièrement un moment charnière avec une transformation conséquente du paysage par l'installation de lignes de télégraphes dans les villes industrialisées. Avec ces installations, apparaissent des maux dits de civilisation telle que la neurasthénie ou le mal-télégraphique chez les employés exposés à des champs électromagnétiques importants. Plus tard, vers 1915, les téléphonistes ont été confrontés aux mêmes symptômes, car exposés durant de longues heures aux champs électromagnétiques des communications devant leur pupitre. D'ailleurs, en 1989, il fut noté qu'à Winnipeg, 47% des opérateurs téléphoniques étaient atteints des mêmes symptômes. Encore une fois, la similitude avec les symptômes de l'EHS est frappante.

Dans un autre domaine, les recherches effectuées sur les plantes nous mènent à des observations troublantes. Sir Jagadis Chunder Bose ainsi que d'autres chercheurs menèrent de nombreuses expérimentations électriques sur les plantes et d'autres organismes vivants. Il découvrit que les nerfs végétaux ou animaux, ont des comportements variables et que la résistivité de ceux-ci peut fortement varier en fonction du courant appliqué et de sa polarité. **Il essaya de soumettre une plante à un signal radio de 30 MHz à 200 mètres de distance et, constata que la plante retarda sa croissance durant le temps de l'émission.** De même il démontra que la circulation de la sève dans la plante était ralentie lorsque celle-ci était irradiée par le même signal radio.

En 1904, c'est l'Île de Wight qui fut le témoin de faits remarquables. Suite à l'installation d'émetteurs d'ondes radio par Marconi, les abeilles commencèrent à mourir. Au même moment, **Jacques-Arsène d'Arsonval démontra que les signaux électromagnétiques « pointus et crochus » sont beaucoup plus toxiques que les signaux sinusoïdaux.** Marconi, après un an et demi d'expérimentation avec des émetteurs radio, en pleine santé (22 ans), a commencé à développer des fièvres qui ont persisté jusqu'à la fin de sa vie.

En 1980, les arrêts cardiaques chez les jeunes athlètes étaient rares, seulement neuf cas sur l'année. À partir de cette date, les cas augmentèrent constamment de 10% par année jusqu'en 1996 où soudainement ce taux doubla pour atteindre 64 cas puis, 66 l'année

suivante et 76 la dernière année de l'étude. La communauté médicale américaine n'avait pas d'explication, tandis qu'en Europe, en 2002, un appel des médecins environnementaux allemands demandait un moratoire sur les antennes-relais car leurs ondes provoquaient des troubles cardiovasculaires. C'était l'Appel de Freiburg.

En 2000, Neil Cherry analysa les taux de cancer des enfants de San-Francisco en fonction de la distance entre leur résidence et l'émetteur télévision et radio FM Sutro Tower. Les enfants vivant sur des collines ou sur des crêtes furent plus touchés. **Ceux qui vivaient à moins d'un kilomètre de l'antenne eurent des occurrences 9 fois supérieures de leucémies, 15 fois plus pour le lymphome, 31 fois pour le cancer du cerveau.** Dans l'ensemble, un taux 18 fois supérieur à ceux qui vivaient en dehors de ce rayon d'un kilomètre.

De nos jours, la problématique est que seule une minorité des personnes souffrant de la pollution électromagnétique savent de quoi elles souffrent, alors qu'une large majorité l'ignore, rattachant leurs symptômes au stress ou au fait de vieillir. Pourtant, le nombre de gens souffrant de céphalées à cause de l'usage de leurs téléphones mobiles est énorme. En 2010, deux tiers des étudiants interrogés à l'université ukrainienne admirent le fait. La question étant qu'il n'est pas socialement acceptable de l'admettre ouvertement.

*Résumé subséquent à la lecture de : The Invisible Rainbow  
A History of Electricity and Life by Arthur Firstenberg et au  
résumé informatif de Sosthène Berger, Dipl-Ing*



# PARTIE I



A silhouette of a man in a suit, standing with his hands on his hips, is centered against a vibrant background of bokeh light effects in shades of yellow, green, and blue. The background is filled with numerous out-of-focus circular lights of varying sizes and colors, creating a dreamy and energetic atmosphere. The silhouette is dark and stands out prominently against the bright, colorful background.

L'HOMME

---

un être bioélectrique

Selon les travaux de Lakhovsky :

*La vie naît de la radiation,  
est entretenue par la radiation,  
est supprimée par tout  
déséquilibre vibratoire.*

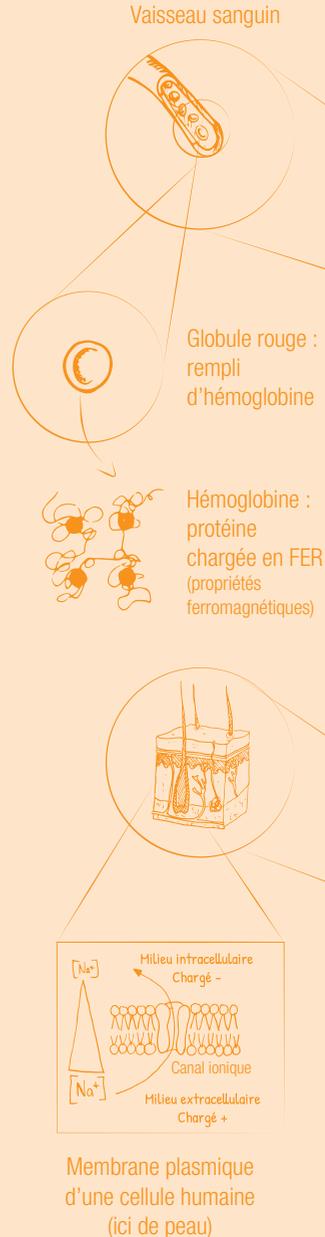
**D**ans un corps humain, la teneur en eau représente environ 70 % de sa masse. L'eau est un milieu conducteur ainsi qu'un dipôle électrique. Elle induit ainsi un couplage du corps avec le champ électrique ambiant. Ce phénomène est évoqué dans ce document sous la forme de « tension induite corporelle ».

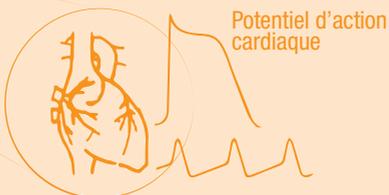
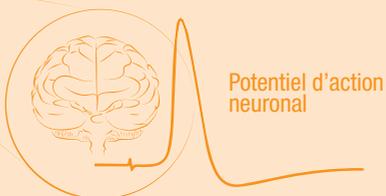
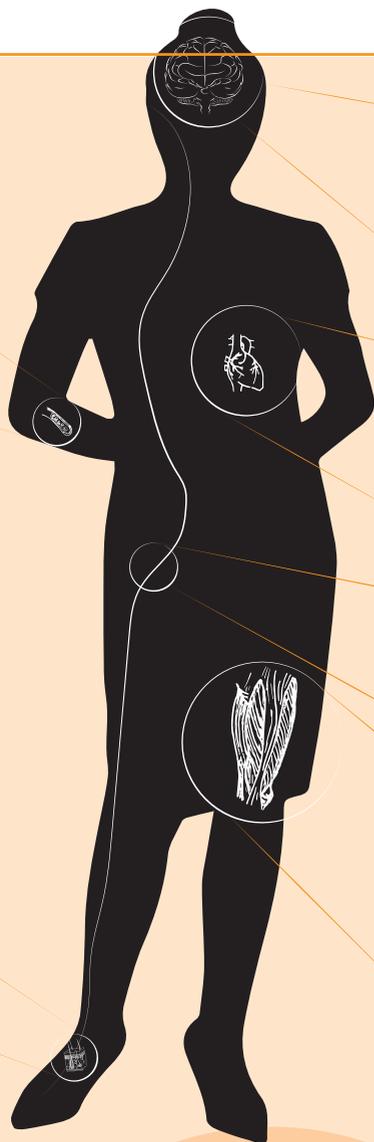
Nos cellules utilisent des canaux ioniques, protéines présentes dans la membrane de celles-ci, pour faire entrer ou sortir des ions et molécules chargés électriquement. Les neurones ainsi que les cellules cardiaques fonctionnent sur un principe de dépolarisation de la membrane associé à l'activité des canaux ioniques.

Nos globules rouges ont des propriétés ferromagnétiques via l'hémoglobine dont ils sont remplis et qui est **une protéine chargée de fer**.

Les **méridiens d'acupuncture** utilisés depuis plus de 2000 ans pour le soin des malades correspondent à des zones d'impédances électriques particulières de la peau.

**Notre condition bioélectrique nous prédispose donc à être affectés par les champs électromagnétiques auxquels nous sommes soumis quotidiennement.**





*À la frontière du visible et de l'invisible*  
de Florence Pousset  
Broché : 184 pages  
Éditeur : Florence Pousset



*L'homme électromagnétique*  
de Cyril W. Smith  
et Simon Best

Broché : 730 pages  
Éditeur : Marco Pietteur  
Collection : Résurgence

**R**oberto Zamperini, dans son livre *Les énergies subtiles\**, évoque le corps électrique de l'homme ainsi :

*« L'organisme humain génère un grand nombre d'énergies denses et subtiles. Par exemple, les cellules sont des batteries microscopiques qui produisent de l'énergie électrique. A cause de la répartition différente des ions potassium, de chlore et de sodium à l'intérieur et à l'extérieur de la membrane cellulaire, il y a, entre le noyau et la membrane, un faible différentiel électrique, d'environ 0,075 volts (-75 mV, environ 1/20 du potentiel électrique d'une pile électrique ordinaire). Chez les personnes en bonne santé pleines de bioénergie, le différentiel atteint jusqu'à -100, -110 mV. Chez les malades il est plus bas, chez un malade du cancer il peut descendre jusqu'à -30 mV. Ce phénomène est à la base du fonctionnement du cerveau, des voies nerveuses, des muscles et tous les autres organes du corps. »*

*La découverte de la bioélectricité remonte à Luigi Galvani (1737-1798), physicien et anatomiste italien, professeur à l'université de Bologne, qui avait déjà découvert en 1780 que les muscles des cuisses de grenouille se contractaient sous l'effet d'une double décharge électrique. Les premières recherches approfondies sur le potentiel électrique du corps humain furent accomplies dans les années 1930 par le professeur Harold Saxton Burr de l'université de Yale, qui appelait les champs énergétiques humains « Life fields » (champs de vie).*

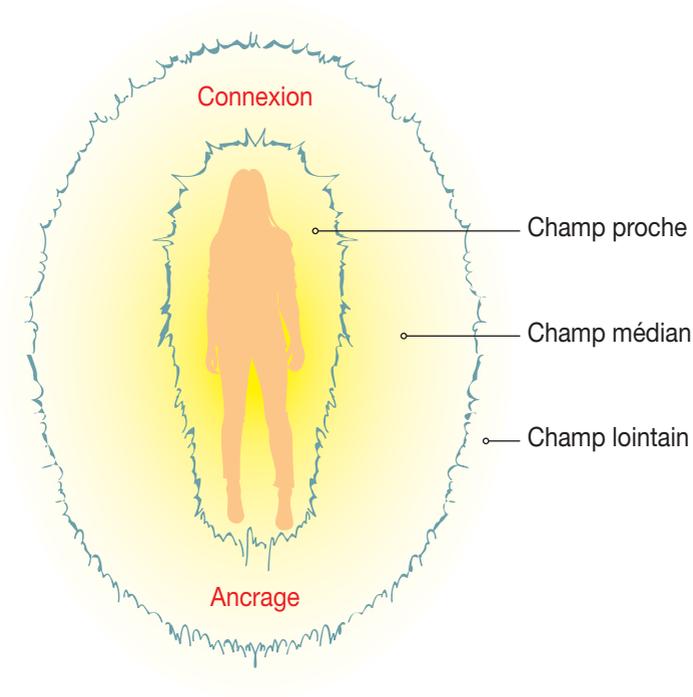
*La diffusion en Occident de l'acupuncture a causé un grand problème à la médecine occidentale : aucun chercheur n'a réussi à identifier les structures anatomiques correspondant ni aux méridiens, ni aux fameux points,*

*là où les acupuncteurs plantent leurs aiguilles. Et pourtant l'acupuncture fonctionne... Selon une théorie "bioélectrique", les méridiens et les points d'acupuncture sont des conducteurs électriques et des amplificateurs. Un point d'acupuncture se distingue facilement des autres points de l'épiderme car dans celui-ci et tout autour, la résistance électrique de la peau tombe d'un million de Ohm à 2000, autrement dit, il s'agit d'une petite zone d'hyperconduction. Autour de chaque point, il y a un minuscule champ électrique qui peut être mesuré, il a des formes spéciales et des caractéristiques électriques particulières, dont les valeurs électriques suivent un rythme complexe, résultant d'un rythme d'environ 15 minutes, en même temps qu'un autre appelé circadien (dont la durée est d'environ un jour). »*

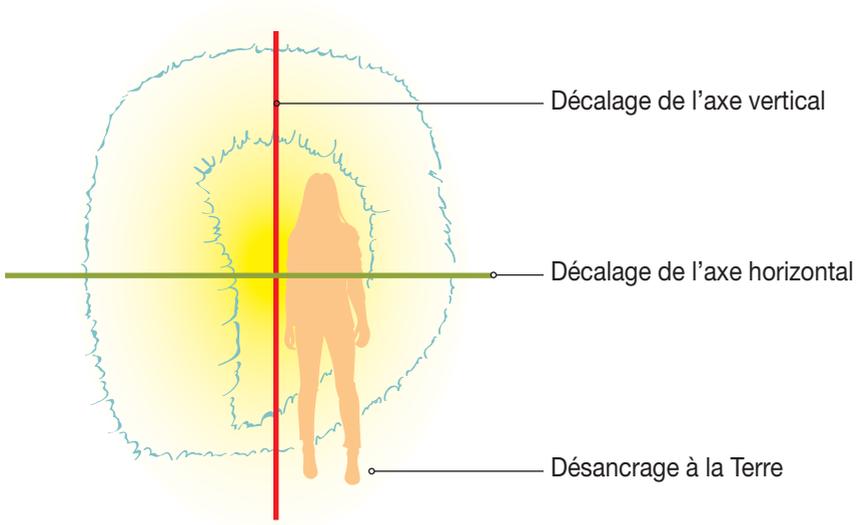
Il relate également les résultats obtenus par le japonais Hideo Uchida qui procéda à des recherches sophistiquées, sur un échantillon constitué d'environ 4 000 Japonais, sur la mesure de l'induction électrostatique du champ énergétique humain (aura bioélectrique externe au corps, induite par le champ d'énergie subtile).

*« Les résultats de cette recherche furent, en résumé, les suivantes : les auras bioélectriques ont des formes assez constantes : sphériques, en forme de goutte, ouvertes vers le haut, avec des dimensions qui varient en fonction des changements atmosphériques, des saisons, du jour ou de la nuit, de l'ambiance, du niveau de pollution de l'air et de l'état de santé. »*

Complément issu du livre de Roberto Zamperini *Les énergies subtiles et la thérapie énérgo-vibrationnelle* - page 73



## La perturbation du biochamp

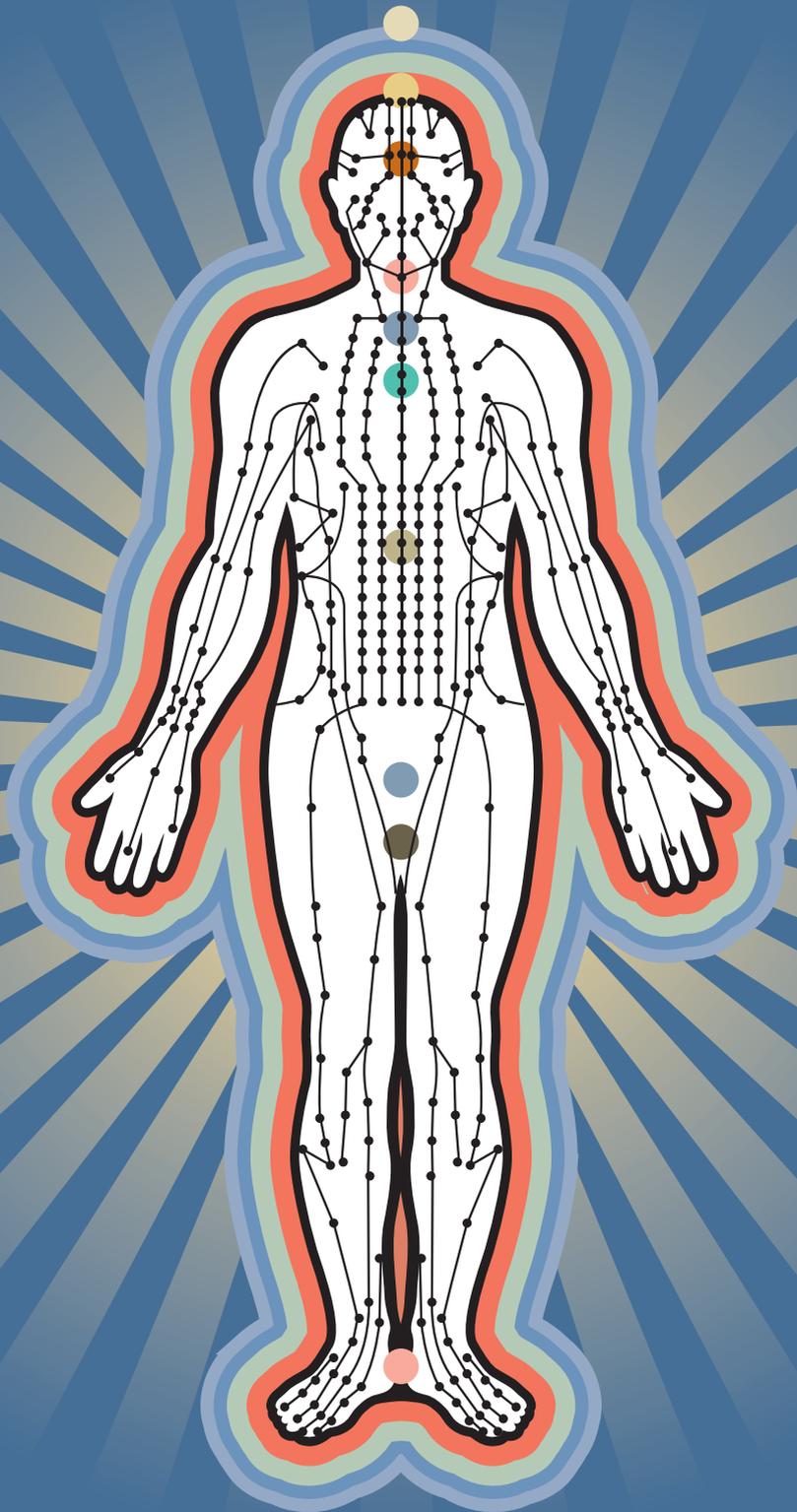




**N**otre corps physique est vivant grâce à une structure énergétique, invisible mais réelle, faite d'énergie subtile couramment appelée l'aura. Cette trame de lumière bio-photonique et de bioélectricité est un véritable organisme qui contrôle la vie cellulaire, commandant l'action des hormones, des enzymes et de nombreuses autres substances présentes dans la cellule, les organes ainsi que dans les systèmes organiques. Ce corps subtil est aussi le guide des états de conscience, des émotions, des pensées et de toutes les formes de créativité. Quand il est sain et chargé d'énergie subtile, nous sommes nous-mêmes en bonne santé et plein d'énergie. Son activité peut être freinée, ralentie ou brouillée par différents types de congestions (accumulation d'énergie négative ou incohérente). Lorsque l'énergie ne circule pas et qu'elle est congestionnée, nous souffrons, tôt ou tard, de symptômes désagréables, de mal-être et de maladies.

En effet, nous subissons en permanence l'influence de perturbations énergétiques créées à la fois par notre technologie, notre type de vie occidental, notre habitat, notre environnement terrestre, solaire et stellaire. Ceci explique entre autres, le nombre croissant de personnes fatiguées, tendues, perturbées émotionnellement et mentalement, atteintes par des maladies dites de « civilisation ».

Notre culture nous enseigne différents rituels d'hygiène matérielle et corporelle, mais aucun rituel d'hygiène énergétique. De même, à aucun moment il ne nous est conseillé de vérifier l'état de nos eaux internes. Pourtant nous sommes constitués de 70% d'eau et cette eau est un très bon conducteur qui induit ainsi un couplage du corps avec le champ électrique ambiant. Si l'environnement est dégradé et incohérent, il nous impacte inévitablement.



# CONCLUSION





**L'**intolérance aux ondes fait partie de ces nouveaux maux diffus et multifactoriels que nos sociétés modernes ont du mal à caractériser. La santé environnementale, la santé publique, la santé préventive, restent encore des enjeux insuffisamment considérés en France et sous-financés. Dans notre pays, l'approche de la santé privilégie encore la cure de maux aigus plutôt que la prévention de signaux faibles. Pourtant, les connaissances scientifiques en toxicologie nous montrent que des doses infimes et des effets cocktails peuvent avoir des conséquences majeures.

Le vivant est bioélectrique, c'est sa nature. Il est fait d'interactions, de liens, d'échanges permanents d'informations sous forme de rayonnements, de biophotons, qui permettent aux systèmes biologiques de se réguler, même à distance. Que notre médecine n'appréhende pas le soin par les enjeux de l'hygiène électro-

magnétique est une carence évidente et une anomalie scientifique, particulièrement à l'heure du déploiement exponentielle du numérique et de ses ondes artificielles pulsées dans nos environnements de vie.

Les personnes souffrant d'électrosensibilité sont des sentinelles environnementales, des pionniers qui nous alertent sur ces enjeux. Les ondes sont constitutives du vivant. La cohérence des ondes que nous émettons et qui nous environnent sont un déterminant de santé fondamental. Cette compréhension d'une physiologie électromagnétique subtile ouvre de nouvelles perspectives et de nouveaux espoirs. Ce guide souhaite en tout cas participer à cette prise de conscience. Afin que ces pionniers qui témoignent par leurs symptômes des limites de nos approches académiques, ne souffrent pas en vain, mais propulsent l'humanité dans une ère de technologie bienveillante et biocompatible.

# ANNUAIRE

**CRIIREM - Centre de Recherche et d'Information Indépendant sur les Rayonnements ElectroMagnétiques** (diagnostics électromagnétiques, formations) : [www.criirem.org/](http://www.criirem.org/)

**PRIARTEM - électrosensibles de France - ondes santé environnement :** [www.priartem.fr](http://www.priartem.fr)

**Collectif des électrosensibles de France :** [www.electrosensible.org](http://www.electrosensible.org)

**Association POEM26** (Prévention des Ondes Électromagnétiques) : <https://poem26.com>

**Cœurs d'EHS - Association d'Êtres Humains Sensibles et Solidaires pour une entraide collaborative :** [www.coeursdehs.fr](http://www.coeursdehs.fr)

**ARTAC - Association pour la Recherche Thérapeutique Anti-Cancéreuse :** [www.artac.info](http://www.artac.info)

**EHS & MCS :** [www.ehs-mcs.org](http://www.ehs-mcs.org)

**Site d'information sur l'electrosmog :** [www.electrosmog.info](http://www.electrosmog.info)

**Équilibre Habitat Santé :** l'essentiel de l'hygiène électromagnétique : [www.equilibrehabitatsante.com](http://www.equilibrehabitatsante.com)

**Institut français de Baubiologie et d'écologie :** [www.baubiologie.fr](http://www.baubiologie.fr)

**Page perso de Sylvain Coquema** avec de nombreuses ressources très fouillées sur l'électrosensibilité, l'eau, et l'immunité. <http://nomana.free.fr>



*Retrouvez nos conférences sur notre chaîne Youtube*

## Films :

« Téléphonie mobile : le danger dissimulé »

« Mauvaises ondes », documentaire France 3 - 2011

« Recherche zone blanche désespérément » - 2013

Conférence Frédéric Gana sur le paramétrage du téléphone mobile : « **Protection des ondes du smartphone et réduire les ondes électromagnétiques. Enjeux 5G et santé.** »

Conférence Frédéric Gana : « **L'hygiène électromagnétique et mieux vivre avec les ondes** »

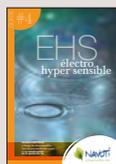
## LES GUIDES PRATIQUES NAVOTI



**#1 Naître**  
Pour les jeunes mamans



**#3 Prendre soin**  
Pour les thérapeutes



**#4 EHS**  
Comprendre l'électrosensibilité



**Livre blanc**  
sur les lits électriques



**Réduire**  
son exposition aux ondes

# BIBLIOGRAPHIE

« **Réduire les ondes électromagnétiques, c'est parti !** » de Carl de Miranda - éditions Jouvence - 2016

« **Comment se protéger des ondes électromagnétiques ? Guide complet** » - 4<sup>e</sup> édition de David Bruno - 2019

« **Les solutions techniques anti-nuisances contre les pollutions électromagnétiques** » - 4<sup>e</sup> édition - de Roland Wehrlen - 2017

« **Connectez-vous à la Terre, peut-être la découverte la plus importante sur la santé !** » de Clinton Ober, Stephen Sinatra M.D., Martin Zucker - éditions VEGA - nouvelle édition 2018

« **Ces ondes qui nous entourent** » de Pierre Poix et Thérèse de Cherisey - éditions Phare - 2000

« **Halte aux effets électromagnétiques** » du Dr Jean-Claude Albaret - éditions du Dauphin - 2008

« **Ces ondes qui nous entourent, ce que dit la science sur les ondes électromagnétiques** » Martin Blank, éditions Écosociété

## **Sur les effets des écrans et du numérique sur la santé mentale et les performances cognitives :**

« **Le désastre de l'école numérique, plaidoyer pour une école sans écrans** » Philippe Bihouix et Karine Mauvilly, éditions du Seuil

« **La fabrique du crétin digital, le danger des écrans pour nos enfants** » de Michel Desmurget (Docteur en Neurosciences, Directeur de Recherche INSERM) - éditions Seuil - 2019. Il a écrit aussi « **TV lobotomie, la vérité scientifique sur les effets de la télévision** » - 2011 maintenant en poche Editions J'ai Lu

## **Sur le juridique concernant les OEM :**

« **Le Droit face aux ondes électromagnétiques** » de Maître Olivier Cachard (agrégé de Droit, Professeur et Doyen honoraire de la Fac de Nancy) Editions LexisNexis

## **Sur la santé au travail :**

« **Ignorance scientifique et inaction publique, la politique de santé au travail** » de Emmanuel Henry (Professeur de sociologie à Paris, chercheur et membre dirigeant de l'IRISSO - Institut de Recherche Interdisciplinaire en Sciences Sociales) Editions Sciences Po

« **La science asservie, Santé publique : les collusions mortifères entre industriels et chercheurs** » de Annie Thébaud-Mony (sociologue de la santé et des maladies Professionnelles, directrice INSERM et du GISCOP - Groupement d'Intérêt Scientifique sur les Cancers d'Origine Professionnelle) - Editions La découverte

## **Ondes et Santé :**

Revue de la littérature sur l'impact sanitaire des ondes électromagnétiques - Dr Maylis Poncet - mai 2020



**Rapport Bio Initiative :** arguments pour des seuils de protection du public fondés sur les effets biologiques des CEM



« *Mieux comprendre le mal invisible  
de l'électrosensibilité  
pour mieux l'accompagner.* »

Un guide pratique et illustré à destination des personnes souffrant d'électrosensibilité, qui mêle concepts, bonnes pratiques, témoignages et solutions pour réduire son exposition aux ondes et réduire son inflammation. Le lecteur découvrira au fil des chapitres les fondements bioélectriques de l'homme, l'évolution de notre contexte électromagnétique et ses enjeux sanitaires, les bases de l'hygiène électromagnétique et d'un parcours de résilience sociale, psychologique et physiologique, le partage des expériences de vie d'une dizaine de personnes souffrant d'électrosensibilité et un cahier de solutions pour vous accompagner au fil de ce parcours. Un carnet d'adresses ainsi qu'une bibliographie viennent compléter ce guide. Bonne découverte et prenez soin de vous !

À travers la collection des guides pratiques Navoti, nous partageons notre vision et le fruit de nos expériences sur les sujets qui nous passionnent, les grands passages et les fondamentaux de la vie : naître, se nourrir, prendre soin, gérer ses souffrances (EHS), vieillir et mourir.

Prix France TTC : 8,50 €

ZA POLAXIS – Avenue de Boulnay  
37360 Neuillé-Pont-Pierre – France  
Téléphone : 02 34 74 43 10 – Courriel : [contact@navoti.com](mailto:contact@navoti.com)

**Pour suivre notre actualité, retrouvez-nous  
sur internet et nos réseaux sociaux :**

[www.navoti-shop.com](http://www.navoti-shop.com)

