

## UN BALDAQUIN POUR BIEN DORMIR ET RÉCUPÉRER en auto construction Version 4

Il est prévu pour un lit à deux places de 150 -160 de large, mais on peut facilement en augmenter ou en diminuer la largeur.

Il a deux mètres de long. Mais on peut facilement en diminuer la longueur.

(J'ai tenu compte d'une remarque de Hélène E. à propos des baldaquins en Swiss Shield : " De chaque côté du tissu il y a une zone d'environ 20 cm qui rayonne, aussi il est meilleur de prévoir un baldaquin large pour garder une certaine distance entre le tissu et soi."

(En effet le tissu de blindage "récolte" des charges électriques et, si elles ne peuvent s'échapper dans la terre, elles rayonnent et les personnes EHS les perçoivent douloureusement. On ce tissu ne peut que difficilement être mis à la terre.)

**La structure porteuse** est faite de tubes de PVC de diamètre 32 m/m qu'on trouve dans les grandes surfaces de bricolage et chez les marchands de matériaux.(évacuation des eaux usées)

(Des tubes PVC clairs et plus fins dans la gamme électricité de 20 m/m de diamètres existent aussi. Y a-t-il des Té orthogonaux ? )

Pour relier ces tubes, il existe des Té ordinaires en PVC et aussi des Té orthogonaux, c'est à dire que les tubes qui s'y enfoncent se dirigent dans les 3 directions ayant 90° d'angle entre elles.(photo)

Ces Té orthogonaux seront peut être un peu difficile à trouver.

Chez Leroy-Merlin il y en a. Chez d'autres fournisseurs c'est plus problématique.

Il faut : 4 té orthogonaux (les 4 coins du baldaquin en haut)

On peut renforcer par la suite la structure en faisant la même chose pour le sol, soit 4 autres Té orthogonaux et leurs liaisons en tubes PVC.



S  
Té "orthogonal" et Té" simple

4 tubes de 32 de 2 mètres pour les 4 pieds

2 tubes de 2 m pour relier les coins dans la longueur ( + 2 si on fait la liaison au sol )

2 tubes < à 2 m (longueur à déterminer en fonction de la largeur du lit) + 2 fois 20cm pour la garde à l'électricité statique) pour relier les coins dans la largeur. ( + 2 si on fait la liaison au sol )

On ne trouve que des tubes de 2m, mais il est facile de les couper avec une scie à métaux et de les ébarber avec un couteau de cuisine.

La structure ainsi faite est branlante. (sauf si on la fait aussi au sol )  
Je conseille de coller le Té orthogonal à chacun des montants vertical.  
Mais pas le reste. Ainsi la structure est facilement démontable.

.....Les EHS sont appelés à déménager... :-)

Il est très important de déterminer en fonction de son lit et/ou de ses habitudes et de la pièce le ou les côtés du lit par où on va entrer. Car cela impose un pan du tissu qui doit s'ouvrir pour entrer dans la lit. Et donc des recouvrements importants du tissu mobile sur le tissu qui reste en place.

Mais la structure ainsi faite est branlante.  
Pour la rigidifier on peut assurer la liaison au sol.

Ou bien on peut intercaler, et sur chaque côté, un tube (par des té ordinaires), à 30 ou 40 cm, soit du sommet, soit de la base, selon l'endroit du lit par où on veut y entrer... ( ces té intermédiaires peuvent aussi être collés sur les tubes verticaux.

Ainsi chacun des côtés sera une sorte d'échelle à 2 barreaux. soit rapprochés vers le haut, soit vers le bas.

Pour ce faire il faudra ajouter à la liste :

4 Té ordinaires, à coller dans les tubes verticaux aux emplacements choisis.

et 2 tubes de 2 m

et 2 tubes qui seront coupés à bonne longueur, longueur à déterminer en fonction de la largeur du lit + 20 x 2cm pour la garde à l'électricité statique.

Coût total, environ 70 Euros.

(ces tubes peuvent être peints - après un léger ponçage - on peut y coller du papier, du tissu..)

Il va de soi qu'on peut aussi faire la structure en bois... mais les angles des coins sont plus délicats à fabriquer..

**Le tissu est du Swiss Shield naturel** que l'on trouve chez Expercem, Claude Bossard, Etudes et Vie...etc...Natur'onde propose aussi un tissu adéquat et peut être plus performant.

Prenez en 10 mètres en 2 m 50 ( ou 2 m 40 )

Faites un modèle en papier à l'échelle avec des bandes de la largeur du tissu (à l'échelle), de façon a n'avoir pas trop de pertes. Attention, dès qu'il y a une fente (pour entrer dans le lit... prévoir un fort recouvrement des tissus, 30 cm au minimum) et qu'il repose bien sur le sol tout autour su lit.

Sol qui sera recouvert d'un tapis isolant des CEM, par exemple en Swiss Shield, en HNV80 ou autre. Tapis mis soigneusement à la terre. Voire plus bas...

La confection est longue et demande de faire un plan soigné afin de ne pas trop faire de chutes et de raccords.Chutes pouvant servir de foulard de protection pour sortir en ville, pour doubler un chapeau...

C'est là qu'une couturière déploie ses talents :

Hélène V. qui en a confectionné un soigneusement a mis des rubans de protection aux angles du rectangle formant plafond - pour éviter l'usure du Swiss Shield, et des rubans aux angles des pans verticaux pour assurer "l'étanchéité" du baldaquin.

Les angles verticaux du côté de la tête du lit sont cousus.

Pour les angles verticaux du côté des pieds; il y a un recouvrement des tissus d'environ 20 à 25 cm.



de petits rubans pour fixer le lais au montant vertical

Elle a prévu d'entrer par le pied du lit et là, comme le montre la photo, les parois verticales du tissu se recouvrent sur environ 40 cm.

Il est important qu'il n'y ait pas de "jour" car les ondes entrent même par de petits trous ou fentes. Il est bon de faire se croiser les lais, aux angles sur plusieurs centimètres...

Si vous habitez en étage, prévoyez sous le lit, et plus vaste que le lit, une surface de protection mise à la terre : plaque alu, cuivre, peinture Yshield, papier cuivre/nylon.... et que le bas du baldaquin puisse s'y poser et pas seulement l'effleurer, afin de réaliser une cage de Faraday bien étanche.



le recouvrement des lais du côté par où on entrera dans le lit

### Mesures des champs hyperfréquences

chez Hélène V. C'est un exemple

A l'origine, avant peinture indications en noir .Mesures au Tes92

- **à gauche du lit**, avant peinture près du mur de séparation avec l'appartement voisin, en valeur max : 0,503 V/m (0,745 V/m)

Le mur derrière le lit et un retour vers la fenêtre qui est sur le coté droit du lit est peint ensuite au YShield et mis à la terre.

Hélène V avait confectionné un baldaquin suspendu au plafond, mais qui ne couvrait pas tout le lit. La protection était insuffisante.

Ensuite elle a confectionné le baldaquin de 2 x 2 x 1,55 recouvert totalement de Swiss Shield. Celui des photos.

Hors du baldaquin, mesure au Giahertz, antenne log, vers la fenêtre entr'ouverte :

med / PH / Full : 18,5  $\mu\text{W}/\text{m}^2$  = 0,083V/m

pulse : 5,8  $\mu\text{W}/\text{m}^2$  = 0,046 V/m

Dans le baldaquin, antenne vers la fenêtre :

min / PH / full = 0,002  $\mu\text{W}/\text{m}^2$  = 0,0008 V/m

min / PH / pulse= 0,000  $\mu\text{W}/\text{m}^2$  = 0,000

C'est vraiment très faible.

Le baldaquin fait son office et d'ailleurs Hélène V. y respire bien grâce au grand volume et y dort bien.

CQFD

Ce message appelle remarques et critiques, bien entendu !

Ajout du 7/1/2010 :

**Mieux, un baldaquin mixte ?**

Parce que le tissu Swiss Shield est fragile et cher. Qu'en sera-t-il au bout de quelques lavages ?

Je recommande de le laver le moins possible : eau tiède, savon de Marseille, manipulation douce, essorage modéré.

Risques de débris de cuivre...

Un baldaquin pour un lit à deux places, compte tenu de la souhaitable distance entre le tissu et le bord du lit nécessite environ de 8 à 10 m linéaires en 2,40 de large. Comptez environ 750 €...

Le fin grillage inox, lui non plus n'est pas donné, mais il est lavable :-)), et quasi indestructible.

37,31 le mètre linéaire en 1,20 de large ( Brossard,...)

Ces prix ne sont pas actualisés mais il y a moins cher!

Donc le baldaquin sera fabriqué en grillage sauf pour les côtés qui le seront en tissu...

Alain V.