



Comment choisir son baldaquin anti-ondes ? | Guide complet

Ce guide est la version téléchargeable de notre article : [Comment choisir son baldaquin anti-ondes](#), publié sur notre blog.

Le sommeil est le moment où notre organisme récupère le plus profondément. Pourtant, la chambre est souvent l'endroit où nous restons exposés pendant de longues heures aux **rayonnements électromagnétiques** : WiFi du voisinage, téléphones sans fil DECT, antennes relais, antennes 5G, objets connectés, téléphonie mobile, etc.

Les **baldaquins anti-ondes** permettent de créer un espace de sommeil protégé en réduisant fortement, voire en supprimant, l'exposition aux ondes électromagnétiques.

Mais entre les différents tissus, niveaux d'atténuation et formes disponibles, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver.

Voici un **guide complet pour choisir le baldaquin anti-ondes le plus adapté à votre situation**.

Qu'est-ce qu'un baldaquin anti-ondes ?

Un baldaquin anti-ondes est un **ciel de lit confectionné dans un tissu de blindage électromagnétique**.

Ces tissus contiennent des fibres conductrices (argent, cuivre, carbone...) capables de bloquer les rayonnements électromagnétiques.

Placée au-dessus du lit et protégeant également les 4 côtés, cette protection crée une **zone de sommeil beaucoup moins exposée aux ondes électromagnétiques**.

Les baldaquins protègent principalement contre les **hautes fréquences**, notamment :

- téléphonie mobile (3G, 4G, 5G)
- WiFi
- téléphones sans fil DECT
- Bluetooth
- radars
- micro-ondes
- objets connectés

Certains tissus permettent également de réduire les **champs électriques domestiques** (également appelés basses fréquences, provenant des câbles électriques présents dans les murs et des appareils électriques branchés).

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis choix-de-vie.com



Pour cela, ils doivent être reliés à la terre à l'aide d'accessoires spécifiques (plaque, câble et fiche de mise à la terre).

Pourquoi utiliser un baldaquin anti-ondes ?

Les baldaquins anti-ondes sont particulièrement utiles dans les situations suivantes :

- antennes relais situées à proximité
- réseaux WiFi du voisinage
- immeubles avec de nombreux réseaux sans fil
- environnement urbain dense
- électrohypersensibilité (EHS)

Ils permettent de créer un **espace de repos plus calme électromagnétiquement**, une « safe place » en quelque sorte, ce qui contribue à améliorer la qualité du sommeil.

Comprendre les niveaux d'atténuation

L'efficacité des tissus anti-ondes est exprimée en **dB**. Plus la valeur est élevée, plus la réduction des ondes est importante.

Atténuation	Réduction des ondes
30 dB	99,9 % - divise l'exposition par 1000
40 dB	99,99 % - divise l'exposition par 10 000
50 dB	99,999 % - divise l'exposition par 100 000

Les différentes formes de baldaquins

Les baldaquins anti-ondes existent généralement en **trois formes principales**.

Baldaqin pyramidal

Le baldaqin pyramidal est le modèle le plus simple à installer.

Caractéristiques :

- fixation au plafond par **un seul point**
- structure légère
- idéal pour les **chambres mansardées**

Avantages :

- installation rapide
- encombrement réduit

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis [choix-de-vie.com](http://www.choix-de-vie.com)



- esthétique discret

Certains modèles existent en **pyramide simple ou pyramide double**.

Baldaqin cabine lit simple

Ce modèle convient aux lits **jusqu'à 120 cm de large**.

Caractéristiques :

- fixation par **4 points au plafond** - compatible avec une structure autoportante
- structure stable
- protection enveloppante

Baldaqin cabine lit double

La cabine lit double est conçue pour les **lits deux personnes (jusqu'à 220 cm)**.

Elle crée un véritable **espace de protection autour du lit**. Le mode de fixation est identique à la cabine une place.

Les différents tissus de baldaqins anti-ondes

Chaque tissu possède des caractéristiques différentes : niveau d'atténuation, composition, possibilité de mise à la terre.

Les tissus les plus discrets

Swiss Shield Voile -38 dB

Le Voile est le tissu **le plus transparent**.

Caractéristiques :

- très léger
- très respirant
- discret visuellement
- atténuation 38 dB

Idéal pour :

- protection discrète
- chambres lumineuses
- expositions modérées

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis choix-de-vie.com



Les tissus en coton naturel

Swiss Shield Naturell -40 dB

Le Naturell est un tissu en **coton naturel avec fibres de cuivre argenté**.

Caractéristiques :

- respirant
- agréable au toucher
- certification Öko-Text

Idéal pour les personnes privilégiant **les fibres naturelles**.

Les tissus conducteurs avec mise à la terre

Swiss Shield Naturell Ultra -38 dB

Le Naturell Ultra est un tissu conducteur conçu pour la mise à la terre.

Particularités :

- protection hautes fréquences
- protection champs électriques domestiques
- coton naturel
- adapté aux personnes **EHS et MCS**

Les tissus coton haute atténuation

Swiss Shield Ultima -42 dB

Ultima est similaire à Naturell mais avec une meilleure atténuation.

Caractéristiques :

- très performant
- biocompatible
- adapté aux personnes chimico-sensibles

Important : ce tissu **ne doit pas être relié à la terre**.

Silver-Cotton -42 dB

Le Silver-Cotton offre un **excellent rapport qualité / prix**.

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis choix-de-vie.com



Caractéristiques :

- coton avec fibres d'argent
- respirant
- possibilité de mise à la terre.

Les tissus haute performance

Silver Protect -44 dB

Le **Silver Protect** offre une protection renforcée.

Caractéristiques :

- atténuation 44 dB
- très bonne protection contre les hautes fréquences
- tissu confortable et respirant
- peut-être mis à la terre

Disponible en :

- **pyramide simple**
- **pyramide double**

Silver-Tulle -48 dB

Le Silver-Tulle est le tissu **le plus performant de la gamme.**

Caractéristiques :

- atténuation maximale
- très respirant
- semi-transparent

Idéal pour :

- environnements très exposés
- électrohypersensibilité importante.

Silver-Net -48 dB

Du fabricant suisse Wavesafe, le Silver net offre des performances similaires au Silver-Tulle.

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis [choix-de-vie.com](http://www.choix-de-vie.com)



Les tissus coton haute performance

Swiss Shield Ventus -47 dB

Ventus offre une protection extrêmement efficace sans compromis sur le confort. C'est le plus atténuant de tous les tissus Swiss Shield.

Caractéristiques :

- très performant
- biocompatible
- adapté aux personnes chimico-sensibles

Important : ce tissu **ne doit pas être relié à la terre**.

Tableau comparatif des tissus

Tissu	Atténuation	Particularité	Mise à la terre
Voile	38 dB	Transparent	Non
Naturell	40 dB	Coton naturel	Non
Naturell Ultra	38 dB	Coton conducteur	Oui
Ultima	42 dB	Coton haute atténuation	Non
Silver-Cotton	42 dB	Excellent rapport qualité/prix	Oui
Silver Protect	44 dB	Protection renforcée	Oui
Ventus	47 dB	Protection maximale	Non
Silver-Tulle	48 dB	Protection maximale	Oui
Silver Net	48 dB	Coton protection maximale	Oui

Faut-il relier son baldaquin à la terre ?

Certains tissus peuvent être **reliés à la terre** afin de se protéger également contre les **champs électriques domestiques**.

Exemples : Naturell Ultra, Silver-Cotton, Silver Protect, Silver-Tulle, Silver-Net.

D'autres tissus ne doivent pas être reliés à la terre : Swiss Shield Ultima, Naturell, Ventus

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis choix-de-vie.com



Les erreurs à éviter avec un baldaquin anti-ondes

Choisir un tissu inadapté

Le choix du tissu est primordial. Si vous avez un plancher bois, des lambris, une maison ossature bois, des champs électriques quels qu'ils soient dans la pièce, privilégiez un baldaquin pouvant être mis à la terre.

Installer un baldaquin trop petit

Le baldaquin doit entourer correctement le lit afin de créer un espace protégé. Un modèle trop petit réduit l'efficacité.

Laisser des sources d'ondes dans la chambre

Même avec un baldaquin, il est préférable d'éviter :

- routeurs WiFi
- téléphones DECT
- smartphones près du lit

Apporter des émetteurs d'ondes sous le baldaquin

Sous le baldaquin, aucun émetteur HF, quel qu'il soit, ne doit rentrer ! Pas de smartphone, pas de tablette, pas d'ordinateur, à moins de les utiliser en mode avion (Bluetooth et Wifi coupés), câblés RJ45 et sur batterie !

Pas non plus de lampe de chevet ou d'appareil électrique quel qu'il soit.

Négliger les sources d'ondes sous le lit

Dans certains cas, les ondes peuvent provenir :

- de l'étage inférieur
- d'installations électriques situées sous la chambre

Un **dessous de lit anti-ondes** peut compléter efficacement la protection.

Ne pas relier à la terre un tissu prévu pour cela

Si vous avez choisi un baldaquin conducteur pouvant être relié à la terre, nous vous conseillons vivement de le faire, au risque d'augmenter votre exposition aux champs électriques basse fréquence.



En conséquence, quel baldaquin choisir ?

Voici un résumé simple :

Besoin	Tissu conseillé
Protection discrète	Voile
Fibres naturelles	Naturell
Protection HF + mise à la terre	Naturell Ultra
Coton très atténuant	Ultima
Bon rapport qualité/prix	Silver-Cotton
Protection renforcée ou pyramide 2 places	Silver Protect
Exposition très forte ou très forte sensibilité	Silver-Tulle, Silver Net, Ventus

FAQ - Baldaquins anti-ondes

Un baldaquin anti-ondes est-il efficace ?

Oui. Les tissus anti-ondes contiennent des fibres conductrices capables d'atténuer (très) fortement les rayonnements électromagnétiques.

Un baldaquin bloque-t-il complètement les ondes ?

Cela dépend de la puissance des rayonnements ambiants. Il permet de **réduire fortement l'exposition**, jusqu'à 99,999 %, tout en laissant passer l'air et la lumière pour conserver un bon confort de sommeil.

Peut-on utiliser un baldaquin dans un appartement ?

Oui. Les baldaquins sont particulièrement utiles en appartement où les réseaux WiFi du voisinage sont nombreux.

Conclusion

Les baldaquins anti-ondes permettent de créer un espace de repos protégé tout en conservant confort et respirabilité.

Le choix dépend principalement : du niveau d'exposition, du tissu souhaité, de la configuration de la chambre, de la possibilité ou non de mise à la terre.

Si vous avez un doute, n'hésitez pas à nous contacter : nous pouvons vous aider à choisir la solution la plus adaptée à votre environnement.

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

65 impasse du Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : info@choix-de-vie.com Boutiques en ligne : www.choix-de-vie.com et www.passion-bois.net

Chaîne YouTube : www.youtube.com puis [choix-de-vie.com](http://www.choix-de-vie.com)