



## **Drap, drap-housse, plaid, taie d'oreiller, sac de récupération earthing**

### **Mode d'emploi**

Les produits de earthing vous offrent une façon pratique de vous connecter au champ électromagnétique de la Terre tout en étant à l'intérieur. Cette connexion s'appelle 'Earthing' ou 'ancrage à la Terre' et procure de nombreux bienfaits.

En général, plus vous passez de temps ancré plus cela vous est bénéfique. L'ancrage à la Terre est particulièrement utile quand vous utilisez ou êtes près d'équipements qui émettent de forts champs électromagnétiques, tel qu'un ordinateur. Il est aussi recommandé quand vous dormez : c'est le moment pendant lequel le corps se répare, se reconstruit et se régénère et le fait d'être ancré optimise ces processus et améliore aussi la qualité générale de votre sommeil.

### **Consignes d'utilisation**

Votre drap, drap-housse, plaid, taie d'oreiller ou sac de récupération de Earthing permet un ancrage à la terre optimal tout en dormant. Ils sont fabriqués en coton biologique entrelacé de fibres d'argent conductrices.

Pour un usage optimal, une connexion directe avec la peau est nécessaire :

- le demi-drap doit donc être placé au-dessus de votre drap habituel et à un endroit où les parties de votre corps sont nues, comme vos pieds ou vos jambes.
- Le drap housse est placé directement sur votre matelas et remplace votre drap housse habituel.

A l'extrémité du drap, une connexion Earthing vous permet de brancher un cordon droit ou torsadé pour relier votre drap à la prise de terre.

Pour les draps housses, le point de connexion est sur le dessous contre le matelas.

Pour le sac de récupération, il vous faut ouvrir la fermeture éclair pour raccorder le fil de connexion qui se trouve sur le bas du sac.

L'autre bout se connecte soit au système de Earthing de votre maison, soit à une tige de mise à la terre.

### **Entretien**

Le linge de lit Earthing peut se laver en machine à une température (entre 30°et 40°C). Il peut être séché dans un sèche-linge en utilisant un réglage moyen (jusqu'à 65°C). N'utilisez pas de javel ou d'assouplissant, ou de détergent contenant du chlore ou de l'adoucissant, ceci pourrait nuire à la conductivité de votre drap. Si besoin est, un peroxyde d'hydrogène blanchissant peut être utilisé pour enlever les tâches.

Ne pas nettoyer à sec.

La performance de ce drap sera plus efficace si vous le lavez régulièrement (il est recommandé de le laver chaque semaine ou toutes les deux semaines si vous l'utilisez toutes les nuits).

**CHOIX DE VIE SARL**

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

Le Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : [info@choix-de-vie.com](mailto:info@choix-de-vie.com) Boutique en ligne : [www.choix-de-vie.com](http://www.choix-de-vie.com)

Sites thématiques : [www.eau-bio.info](http://www.eau-bio.info) et [www.ondes-bio.info](http://www.ondes-bio.info)

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



## Connexion à la terre

### Le Earthing par le biais d'une prise électrique – Informations générales

Un réseau électrique avec mise à la terre permet généralement une excellente connexion à la terre. En général la broche de terre de toute prise électrique est reliée à une baguette ou plaque métallique qui est enterrée dans la terre à l'extérieur du bâtiment ou proche.

Que votre prise électrique soit active ou non, vous aurez toujours une connexion à la terre, celle-ci reste toujours active.

L'équipement de mise à la terre ou Earthing n'utilise pas de courant et n'est ni relié à la broche active, ni au neutre.

Se connecter à la terre de cette manière est totalement fiable et sécuritaire. Même dans le cas peu probable d'une prise mal raccordée, le cordon et la prise fournis ont un système de protection intégré et il est donc impossible de recevoir un choc électrique. Toutefois, si une prise était mal raccordée, ou ne possédait pas de connexion à la terre, vous ne seriez tout simplement pas ancré.

Le modèle de prise Européen convient pour une utilisation en Autriche, Belgique, Bulgarie, Chili, Croatie, République Tchèque, Estonie, Finlande, France, Allemagne, Grèce, Hongrie, Islande, Indonésie, Italie (prise de type 'Schucko'), Lettonie, Lituanie, Luxembourg, Pays-Bas, Norvège, Pakistan, Pologne, Portugal, Roumanie, Russie, Serbie, Slovaquie, Slovénie, Corée du Sud, Espagne, Suède, Turquie et Uruguay. Certains de ces pays ont des prises murales dont la broche de mise à la terre dépasse, tandis que d'autres ont des attaches à ressort sur le haut et le bas de la prise qui permettent la connexion à la terre. La prise fournie fonctionnera avec l'une ou l'autre de ces deux types de prises murales.

Si vous n'êtes pas certain que vos prises électriques sont correctement reliées à la terre, et surtout quand vous voyagez, nous vous recommandons d'utiliser un testeur de terre qui vous permet de vérifier la connexion à la terre de chacune de vos prises.

### Option tige de mise à la terre

Si vos prises secteur ne sont pas correctement raccordées à la terre, vous pouvez utiliser, à la place, une tige de mise à la terre pour avoir une connexion directe avec le sol extérieur.

Trouvez un endroit avec de la terre aux abords de votre maison. Enfoncez votre tige dans la terre et tirez votre câble à partir de la tige et faites le passer par une fenêtre ou l'ouverture d'une porte. Le câble est assez fin pour que n'importe quelle porte ou fenêtre puisse toujours fermer même avec le câble en place. Pour une installation plus permanente, vous pouvez percer un trou et sceller autour du câble.

### Exigences de sécurité

Il est important de n'utiliser votre équipement de Earthing qu'avec le cordon et la prise fournis (munis d'un système de protection intégré au cas où il y aurait un problème de mise à la terre). Si vous vous branchez à votre prise et que votre testeur de prises n'affiche pas "Correct", veuillez alors consulter un électricien avant d'utiliser cette prise. Pour votre sécurité, veuillez installer votre cordon de connexion afin qu'il ne présente pas de risque de trébuchements.

CHOIX DE VIE SARL

Sarl au capital de 10 000 € Siret : 48012371000042

Le Champ Massé 61160 COUDEHARD Téléphone : 02 33 12 08 81

E-mail : [info@choix-de-vie.com](mailto:info@choix-de-vie.com) Boutique en ligne : [www.choix-de-vie.com](http://www.choix-de-vie.com)

Sites thématiques : [www.eau-bio.info](http://www.eau-bio.info) et [www.ondes-bio.info](http://www.ondes-bio.info)

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