

## FICHE PRATIQUE n°1

### Comment téléphoner en filaire en toutes circonstances

De nombreuses personnes électro-hypersensibles renoncent à utiliser un téléphone filaire parce qu'elles ne supportent plus leur box, parce qu'elles ne supportent plus l'électricité ou bien parce que leur statut de SDF rend la souscription d'un abonnement totalement impossible, ce qui les contraint à posséder un Smartphone pour recevoir des SMS, des codes d'authentification forte et pour les cas d'urgence, un Smartphone que bien sûr elles ne supportent pas non plus ! Voici des solutions pour vous permettre de téléphoner en filaire en toutes circonstances.

Si vous êtes en errance, nous vous recommandons de demander à un proche de vous acheter un téléphone filaire autoalimenté par son câble RJ11 ainsi qu'un très long câble RJ11 supplémentaire (jusqu'à 30 mètres). Vous pourrez ainsi vous raccorder à la box d'un proche ou d'une personne bienveillante et vous en éloigner pour appeler. La fonction mains-libres de ces appareils vous protégera des remontées électriques de la box si celle-ci n'est pas à la terre mais n'est pas forcément nécessaire si la box est à la terre (tout dépend de votre degré de sensibilité).

Voici quelques modèles de téléphones filaires autoalimentés :

- le modèle [LiteFon 2020](#) de Piezo (pour les personnes sensibles préférant utiliser le combiné)
- les gammes [Advanced](#) et [Comfort](#) d'Alcatel
- le modèle [PhoneEasy 312cs](#) de Doro
- le modèle [Xtra 1110](#) de SwissVoice
- les modèles [6710a](#) et [6730a](#) de la [gamme analogique](#) Mitel Aastra
- les modèles [200](#) et [300](#) de la [gamme Premium](#) Depaepe
- les modèles [Premium 100](#) et [Premium 20](#) de Depaepe (sans fonction mains-libres)
- les modèles [Desk 200](#) et [Desk 400](#) de Gigaset (sans fonction mains-libres)
- le modèle [CE6601](#) de Uniden
- les [téléphones fixes rétro](#) de Opis technology (sans fonction mains-libres)

L'utilisation d'un téléphone filaire alimenté sur secteur est également possible mais, dans ce cas, comme vous ne pourrez pas vous éloigner de la box, il faudra vous protéger de la toxicité de son rayonnement.

- Si vous n'arrivez pas à les désactiver directement sur la box ou en ligne depuis les paramètres du compte utilisateur, les hyperfréquences émises peuvent être atténuées au moyen d'une [housse de protection anti-ondes](#) mise à la terre.
- Il ne faut pas oublier non plus de supprimer les basses fréquences électriques au moyen d'un [câble USB de mise à la terre](#) spécifique. Dans tous les cas, plus la terre sera basse (inférieure à 30 ohms), moins vous serez gêné(e).

Ces adaptations sont absolument nécessaires et essentielles pour vous permettre de maintenir des relations familiales et sociales, pour demander et obtenir de l'aide, pour acheter par téléphone des protections auprès des [boutiques en ligne spécialisées](#) et pour pouvoir aussi réutiliser une tablette ou un ordinateur connecté en filaire en toute sécurité. Bref ! Pouvoir communiquer par téléphone est la condition *sine qua non* pour sortir de votre isolement et avancer ! Faire en sorte de pouvoir téléphoner en filaire en toutes circonstances doit donc être votre priorité !

par Magali Lesure, le 05.08.2023