

## Tapis de sommeil Earthing Elite - 69x213 cm

Prix du produit :

195,00 €

Galerie de produits :



**L'alèse de mise à la terre Earthing Elite** pour lit simple ou double, vous permet d'être relié à la terre pour réguler votre charge électrique corporelle. Idéale pour un **sommeil récupérateur**. À placer sous votre drap housse standard, pour 1 personne sur toute la hauteur du lit, ou en travers pour 2. Fournie avec un cordon droit de 4,6 m et une fiche de raccordement à la terre. 69x213 cm.

**Description du produit :**

**Tapis de sommeil Earthing Elite - 69 x 213 cm - Fourni avec un cordon droit de 4,6 m et une fiche de raccordement à la terre Earthing®**

L'alèse de lit de mise à la terre Earthing est **idéale pour se rééquilibrer la nuit** en conduisant la **charge électrostatique du corps** à travers le fil de terre du circuit électrique, **tout en se rechargeant des ions négatifs bénéfiques de la terre**. Elle neutralise votre potentiel cellulaire avec celui de la terre et réduit instantanément le stress électrique auquel vous êtes soumis quotidiennement. La technologie « Earthing » reproduit le même phénomène naturel de décharge électrostatique que le fait de poser le pied nu sur la terre engendre. Elle vous permettra de mieux dormir, à l'abri de l'électrosmog.

**Le sur-matelas de mise à la terre** de lit Earthing Elite (69x213 cm) pour lit simple ou double, **se fixe** directement **sur le matelas** par des bandes élastiques. Ce **tapis de sommeil** sera idéal pour une personne, utilisé sur un lit simple, ou pourra être partagé en le plaçant dans le sens de la largeur d'un lit double et remplace avantageusement nos anciennes **nattes de lit une place**.

**Placé directement sous votre drap-housse**, il permet une mise à la terre de votre corps. Ce tapis de sommeil est **conducteur sur toute sa surface** pour permettre une connexion parfaite à la terre même à travers le drap. Les tests démontrent qu'après 30 minutes\* au lit, le niveau de tension corporelle est réduite à un niveau similaire à celui mesuré directement en contact avec un drap de mise à la terre conventionnel.

\* Il nécessite un peu de temps pour que la conductivité soit complète, afin qu'un peu d'humidité de la transpiration soit présente dans le drap couvrant et assure celle-ci.

La **grande longévité** de ce **matelas en fibre de carbone relié à la terre** est son principal avantage par rapport à un drap de mise à la terre conventionnel. A base de carbone (et non d'argent), elle ne s'oxyde pas avec le temps et résiste plus facilement à l'application de lotions, huiles ou laits corporels, et sa surface conductrice étant protégée, l'usure due à l'abrasion est minime. Par contre, les draps sont généralement reconnus comme plus confortables et plus agréables l'été par fortes chaleurs.

Son entretien est simple (voir ci-dessous), ce qui en fait un produit de mise à la

terre à considérer que ce soit chez soi à la maison, ou sur une table de massage en cabinet de bien-être.

Chez geotellurique, nous privilégions lorsque cela est possible un usage sur toute la surface du corps, car le Earthing est idéal en ayant toute la surface du corps au même potentiel. C'est pourquoi ce produit, même s'il peut être fonctionnel pour deux sur un grand lit, notamment lors de déplacements, sera utilisé de préférence sur un lit simple ou pour une partie d'un lit double, comme sur la photo, dans le sens de la hauteur d'un lit, pour une personne.

Si vous souhaitez un tapis de sommeil pour deux personnes, nous vous invitons alors à opter pour notre [couvre-matelas Earthing Elite pour lit double \(137x191 cm\)](#), ou à utiliser deux alèses de 69x213 cm dans le sens de la hauteur, de part et d'autre d'un lit double, notamment dans le cas de lits en grande largeur "King Size".

**Livré avec un cordon droit (4,6 m) et une fiche de raccordement à la terre** pour prise murale.

À l'extrémité de l'alèse, une connexion permet de brancher un cordon droit de 4,6m (fourni) puis la prise Earthing (fournie) et permet le raccordement sur une prise de courant murale. **Le cordon droit est équipé d'une résistance de 100 KOhms permettant de neutraliser les interférences de hautes fréquences présentes sur les terres électriques**, ne pouvant être correctement évacuées du fait de l'inductance des circuits.

**Positionnement :** placez le côté lisse similicuir de l'alèse vers le haut. Faites simplement passer les sangles autour de votre matelas pour maintenir l'alèse en place en toute sécurité. Pour finir, placez votre drap housse habituel par-dessus.

**Composition :** la mince couche conductrice noire est une sorte de cuir synthétique composé de PU (polyuréthane) non perforé. Le PU est sans vinyle, sans phtalate et végan-friendly. Cette couche de PU est mélangée avec du carbone conducteur. La nature hypoallergénique du carbone aide à combattre les allergènes dans votre lit.

**Nettoyage :** Pour nettoyer l'alèse, essuyez-la simplement avec un chiffon ou une éponge (non corrosive) humide en utilisant un savon liquide doux si nécessaire. Ne pas utiliser d'eau de Javel ou d'assouplissant, les produits chimiques peuvent dégrader la conductivité de l'alèse. Ne pas laver en machine, ni repasser, ni nettoyage à sec.

### Les recommandations avant la mise à la terre :

- Contrôlez votre prise électrique avec un [testeur de terre](#) pour vous assurer de la présence d'une terre derrière la prise. Même si la phase et le neutre sont inversés, cela n'empêchera pas le bon fonctionnement de cette alèse Earthing qui n'est branché que sur la terre.
- Si toutefois vous n'aviez pas de terre satisfaisante chez vous ou si vous habitez en maison individuelle ou en bas d'un immeuble, vous pouvez toujours en installer une grâce à l'accessoire "[tige métallique de terre](#)" en extérieur. Cette solution permet une mise à la terre de qualité.
- Il est particulièrement recommandé de procéder à quelques "**réglages d'hygiène électromagnétique**" pour réduire les pollutions électriques basses fréquences autour de votre lit : éloignez les multiprises tout en privilégiant les [multiprises blindées](#), branchez les lampes de chevet dans le "bon sens", évitez les appareils en recharge sur la table de nuit...
- Pour créer une zone électriquement la plus neutre possible autour du lit, une option possible consiste en la mise hors tension des circuits et appareils électriques rayonnant des champs électriques Basses Fréquences tout le long des fils cachés dans les murs, ou pour ceux visibles des lampes de chevet. L'usage d'[interrupteurs automatiques de champs IAC](#) est souvent une bonne solution pour couper à la source, directement au niveau du tableau électrique de la maison, les circuits prises et éclairages des chambres, lorsque les lampes sont éteintes, de manière automatique.

- Dans l'idéal, mesurer votre tension induite. Chez [geotellurique.fr](http://geotellurique.fr), nous considérons qu'il est préférable d'obtenir une mesure de tension induite **inférieure à 0,5 V** avant mise en place de système Earthing. Cette tension induite, résultante des pollutions ambiantes de champs électriques qui traversent votre corps, se mesure avec un testeur de tension induite. Une fois que cette alèse est correctement branché à la terre, la valeur mesurée tombe alors autour de 0 V, du fait que votre corps est lui-même relié au potentiel de la terre.

## Les bienfaits du Earthing

### Comment ça marche ?

Le Earthing est, selon le livre de référence **de Clinton Ober, Stephen Sinatra M.D., Martin Zucker : "Connectez-vous à la Terre, Peut-être la découverte la plus importante sur la santé !"** une des redécouvertes les plus significatives de notre temps, et peut s'avérer être l'importance de la relation du corps humain avec la terre - le Earthing !

L'Institut de Californie pour la Science Humaine a à nouveau démontré que la reconnexion avec la terre permettrait de rétablir l'équilibre électrique naturel du corps. De nombreuses autres études ont démontré les nombreux bienfaits de la reconnexion à la terre :

- En particulier, le Earthing désamorce la cause d'inflammation et améliore ou élimine les symptômes de beaucoup de troubles liés à un état inflammatoire.
- Il réduit ou élimine des douleurs chroniques.
- Il améliore la qualité du sommeil dans la plupart des cas.
- Il permet d'augmenter l'énergie.
- Il réduit le stress en favorisant le calme dans le corps et en rafraîchissant le système nerveux et les hormones de stress.
- Il normalise le rythme biologique du corps.
- Il fluidifie le sang et améliore la tension et le flux sanguin.
- Il soulage la tension musculaire et les maux de tête.
- Il diminue les symptômes hormonaux et menstruels.
- Il accélère fortement la guérison et limite la formation des escarres et des verrues.
- Il réduit ou élimine le jet lag.
- Il protège efficacement l'organisme des perturbations induites par les champs électriques, surtout après avoir traité l'origine des problèmes avec les

méthodes de protections adaptées proposées sur notre site.

- Il accélère la récupération après des efforts intenses et est très apprécié des sportifs et des jardiniers.

La technique de mise à la terre ou « Earthing » reproduit le phénomène naturel de décharge électrostatique généré par le contact du pied nu contre la terre. Les appareils Earthing permettent en plus de la décharge électrostatique un transfert naturel d'électrons ininterrompu de la surface de la terre au corps ainsi que des fréquences vitales et des rythmes terrestres qui jouent un rôle important dans l'équilibre de notre horloge biologique.

## Recommandations :

- Pour la terre d'une prise de courant, vérifiez le bon raccordement et câblage des prises et la présence de protections différentielles **DDR 30 mA** sur les circuits prises de courant de votre habitation. Au minimum le [testeur de prises, terre et différentiel 30mA](#) ou [mesureur de terre en boucle Tohm-e](#).
- Des mises à la terre provisoires sont possibles par piquet indépendant planté à l'extérieur dans la terre. L'utilisation des dispositifs de mise à la terre devant alors se faire à distance des appareils et circuits électriques, en zone neutre.
- **En cas d'orage**, tous les dispositifs de mise à la terre doivent être, par précaution, déconnectés. Il convient en cas d'impact de foudre de rester éloigné de toute partie électrique ou conductrice.
- **Indispensable** : il est important de tester la qualité de votre terre avant de vous brancher sur un appareil Earthing. En effet, les installations électriques sont parfois trop anciennes, ou mal installées, et la connexion à la terre peut être selon les cas inexistante ou défailante.
- Pour vérifier la présence de champs électriques importants dans l'environnement (lampes de chevets, chargeurs, réveils, etc), nous recommandons l'usage d'un mesureur de champs basses fréquences type [ME3030B](#) ou [mesureur de tension induite](#).

## Raccordements à la terre :

- Raccordement sur une prise de courant protégée par dispositif différentiel DDR 30mA. Le DDR30 mA doit être en état de marche et testé périodiquement (test mensuel conseillé par les fabricants) : voir vidéo d'explications : <https://www.legrand.fr/mon-projet/tutoriels/tester-un-interrupteur-differentiel>. Vous pouvez utiliser aussi notre [testeur de prises, terre et différentiel 30mA](#) pour valider cet aspect.

- Prise de terre générale en conformité avec la NF C 15-100.

**Attention** : par mesure d'hygiène nous n'échangeons ou ne reprenons jamais tous les textile tels que les vêtements, draps, parures de lit, sacs de couchage, couvertures et plus généralement tout produit porté en contact avec le corps.