Ondes électromagnétiques

Pistes pour agir au quotidien

Auteur **Pôle ESE** *69002 LYON* Réseau d'acteur

- Protéger les enfants et les adolescents des téléphones portables : limiter les appels aux situations indispensables
- Téléphoner avec une oreillette en limitant le volume d'appel à 60% de sa capacité et le temps d'appel
- Privilégier les SMS
- Eloigner les téléphones des implants électroniques
- Ne pas téléphoner dans les zones de mauvaise réception
- Eloigner le téléphone juste après la numérotation
- Eviter les appels pendant les déplacements (y compris à pied)
- En cas d'achat, privilégier un téléphone dont le DAS est le plus bas possible
- S'informer sur son équipement (DAS, etc.)
- Eviter de porter le téléphone près des organes sensibles
- Lors de la grossesse, éviter les expositions au bureau (photocopieuse, bureau métallique avec Wifi, etc.)
- Débrancher les appareils non utilisés
- En cas de troubles, s'informer sur son environnement et mesurer le CEM
- Privilégier le réseau filaire plutôt que le Wifi
- Eviter l'usage de micro-ondes anciens ou endommagés

- Voir les conseils du Centre de recherche et d'information indépendant sur les rayonnements magnétiques non ionisants (Criirem)