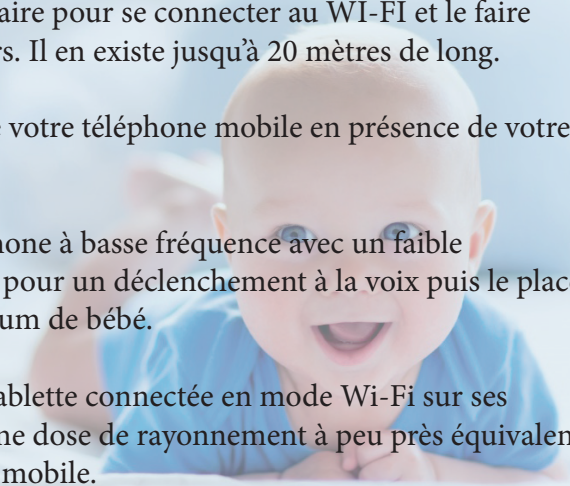


VIGILANCES PRÉCONISÉES POUR VOTRE ENFANT POUR MINIMISER SON EXPOSITION AUX ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES

- Débrancher tous les câbles électriques des appareils ou lampes autour de son lit ou cosy lorsqu'il se repose.
- Utiliser un autre moyen que le four à micro ondes pour réchauffer les repas ou le biberon.
- Désactiver le Wi-Fi de la box et de vos téléphones mobile pendant la nuit.
- Utiliser un câble filaire pour se connecter au WI-FI et le faire courir le long des murs. Il en existe jusqu'à 20 mètres de long.
- Couper le Wi-Fi de votre téléphone mobile en présence de votre enfant.
- Choisir un baby-phone à basse fréquence avec un faible rayonnement et opter pour un déclenchement à la voix puis le placer toujours à 1 m minimum de bébé.
- Éviter de poser la tablette connectée en mode Wi-Fi sur ses jambes, il s'expose à une dose de rayonnement à peu près équivalente à celle d'un téléphone mobile.
- Utiliser Skype pour communiquer avec vos proches en sa présence.
- Téléphoner à proximité d'une fenêtre ouverte, car à l'inverse dans un espace clos comme un ascenseur, le bus ou une voiture, la structure métallique va emprisonner et vous répercuter les ondes du téléphone portable, c'est l'effet cage de Faraday.
- Opter pour un téléphone à la maison de la marque SWISSVOICE qui diminue l'émission d'ondes de + de 60 % lors de vos communications.



Bonjour à tous,

Ces plaquettes ont pour objectif de nous aider à changer doucement nos habitudes pour tendre vers un mieux être dans notre quotidien, parmi ces ondes électromagnétiques invisibles, silencieuses et inodores.

Placez là sur votre réfrigérateur, un meuble de votre cuisine ou sur votre bureau.

Le petit carré de chaque alinéa vous permettra de cocher au fur et à mesure chaque geste que vous aurez réussi à changer.

Tout ne se transformera pas en quelques jours. Chaque semaine, visez un seul objectif et atteignez le !

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à visiter le site web www.unenvironnement sain.fr

Bien à vous
Blandine Bigeard-Bertho

Ne pas jeter sur la voie publique

PRENDRE SES DISTANCES AVEC SON TÉLÉPHONE PORTABLE POUR MINIMISER SON EXPOSITION AUX ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES

Éviter de téléphoner en marchant, la puissance d'émission et de réception en irradiation de l'antenne relais de votre mobile est décuplée, celle-ci étant en recherches constantes de stations.

Conserver le téléphone à plus d'un mètre de votre tête. Il se signale continuellement à l'antenne relais la plus proche. Privilégier un kit mains libres avec un fil lors de vos appels qui permettra de limiter le rayonnement à proximité du cerveau.

Éviter de téléphoner si votre écran affiche moins de 4 barrettes de réseau. Pour chaque barrette manquante, le rayonnement est multiplié par 2.

Choisir et utiliser un téléphone mobile dont la valeur de DAS est la plus basse possible, de préférence toujours inférieure à 0,5 W/Kg

Désactiver le Wi-Fi du téléphone mobile le plus souvent possible.

Éviter son utilisation dans les trains, c'est non seulement vous, mais tous les passagers qui sont irradiés par toutes les antennes relais intérieures.

Éviter de téléphoner au minimum d'un mètre à côté de personne, enfant et bébé afin de diminuer l'impact de la «Téléphonie Passive».

Utiliser Skype si possible pour communiquer avec vos proches.

Opter pour un téléphone sans fil ayant un mode Éco dect qui diminue l'émission d'ondes lors de vos communications à la maison.