

ADVIES AAN SMARTPHONE-GEBRUIKERS

- Gebruik het liefst een gewone gsm en vermijd smartphones.
- Een smartphone zoekt steeds verbinding met het internet en zorgt dus voor een voortdurende blootstelling aan hoge stralingsniveaus.
- Wanneer u het internet niet gebruikt, schakel dan steeds de WiFi-antenne uit alsook de verbinding met 3G of 4G mobiel internet. Schakel de optie 'pakket gegevens verzenden' en 'data roaming' steeds uit. Uw batterij zal zo ook langer meegaan.
- Vermijd het streamen en downloaden van video's en muziek. Vermijd in het algemeen alle apps waarbij veel gegevens worden verzonden.

Ook andere draadloze technologieën, zoals draadloos internet (WiFi), draadloze DECT-telefoons, tablets, etc. zorgen voor een significant hogere blootstelling aan straling en worden best vermeden. Gebruik steeds een kabel.

En wist u dat hoe minder en hoe korter we mobiel bellen, hoe minder zendantennes er nodig zijn? Wist u dat het toenemend gebruik van smartphones leidt tot een grote toename van het aantal zendmasten, die bovendien ook steeds krachtigere signalen moeten uitzenden?

Meer informatie op

www.beperkdestraling.org

www.demobilisation.wordpress.com

www.stopumts.nl

De straling van uw gsm of smartphone kan uw hersenen en die van omstaanders beschadigen

10 TIPS VOOR EEN VERANTWOORD GEBRUIK VAN GSM en SMARTPHONE

- **Bel zo weinig en zo kort mogelijk** (1-2 minuten). Gebruik liefst een handenvrije headset ('oortje') met draad. Geef altijd de voorkeur aan de vaste telefoon, aan internet-telefonie (niet draadloos) of aan een sms.
- Kinderen en jongeren onder de 16 jaar gebruiken best geen gsm. Dit geldt ook voor **zwangere vrouwen**.
- Als u een gesprek opzet (het nummer bevestigt), houd dan het toestel zo ver mogelijk van uw hoofd. De straling is dan het sterkst.
- **Gebruik uw gsm niet in voertuigen zoals auto, bus, metro of trein**; uw toestel zendt daar op maximaal vermogen (meer straling) en de straling weerkaatst bovendien op de metalen wanden (dubbele blootstelling).
- Wanneer u een sms-bericht verstuurt of gebruik maakt van andere diensten, **houd het toestel dan zo ver mogelijk van uw lichaam**.
- **Blijf altijd uit de buurt van anderen als u met uw gsm belt** of uw smartphone gebruikt (enkele meters), zo niet worden zij mee bestraald.
- Bewaar uw gsm niet vlakbij het lichaam. In de broekzak kan het bijvoorbeeld de vruchtbaarheid negatief beïnvloeden.
- Schakel de gsm 's nachts uit of zet hem in vliegtuigmodus. Leg hem niet in de buurt van het hoofd.
- Schakel Bluetooth steeds uit

- Schakel Bluetooth steeds uit
- Schakel de gsm 's nachts uit of zet hem in vliegtuigmodus. Leg hem niet in de buurt van het hoofd.
- Bewaar uw gsm niet vlakbij het lichaam. In de broekzak kan het bijvoorbeeld de vruchtbaarheid negatief beïnvloeden.
- Wanneer u een sms-bericht verstuurt of gebruik maakt van andere diensten, **houd het toestel dan zo ver mogelijk van uw lichaam**.
- **Blijf altijd uit de buurt van anderen als u met uw gsm belt** of uw smartphone gebruikt (enkele meters), zo niet worden zij mee bestraald.
- Bewaar uw gsm niet vlakbij het lichaam. In de broekzak kan het bijvoorbeeld de vruchtbaarheid negatief beïnvloeden.
- Schakel de gsm 's nachts uit of zet hem in vliegtuigmodus. Leg hem niet in de buurt van het hoofd.
- Schakel Bluetooth steeds uit

10 TIPS VOOR EEN VERANTWOORD GEBRUIK VAN GSM en SMARTPHONE

De straling van uw gsm of smartphone kan uw hersenen en die van omstaanders beschadigen

www.beperkdestraling.org
www.demobilisation.wordpress.com
www.stopumts.nl

Meer informatie op

Ook andere draadloze technologieën, zoals draadloos internet (WiFi), draadloze DECT-telefoons, tablets, etc. zorgen voor een significant hogere blootstelling aan straling en worden best vermeden. Gebruik steeds een kabel.

En wist u dat hoe minder en hoe korter we mobiel bellen, hoe minder zendantennes er nodig zijn? Wist u dat het toenemend gebruik van smartphones leidt tot een grote toename van het aantal zendmasten, die bovendien ook steeds krachtigere signalen moeten uitzenden?

- Gebruik het liefst een gewone gsm en vermijd smartphones.
- Een smartphone zoekt steeds verbinding met het internet en zorgt dus voor een voortdurende blootstelling aan hoge stralingsniveaus.
- Wanneer u het internet niet gebruikt, schakel dan steeds de WiFi-antenne uit alsook de verbinding met 3G of 4G mobiel internet. Schakel de optie 'pakket gegevens verzenden' en 'data roaming' steeds uit. Uw batterij zal zo ook langer meegaan.
- Vermijd het streamen en downloaden van video's en muziek. Vermijd in het algemeen alle apps waarbij veel gegevens worden verzonden.

ADVIES AAN SMARTPHONE-GEBRUIKERS