

# Rund um die Uhr

## ELEKTROSMOG



### SCHUTZSTRATEGIEN



#### HANDYS

Schalten Sie den **Fligermodus** ein, wenn Sie das Handy nicht nutzen.

Nutzen Sie das Handy auf **Lautsprecher** statt am Ohr.

Nutzen Sie eine **Strahlenschutzhülle**. Falls Kopfhörer benötigt werden, wählen Sie ein **Airtube-Kopfhörer**.



#### WLan GERÄTE

**Schalten Sie den WLan Router nachts aus** und wenn er nicht benutzt wird.

Siehe den Tagsüber-Kasten zur Nutzung von Ethernetkabeln.

**Meiden Sie kabellose tragbare Geräte**, wie Smartuhren, Schlafmonitore. **Meiden Sie kabellose Babymonitore**. **Lehnen Sie Smartmeters ab**.

#### TAGSÜBER



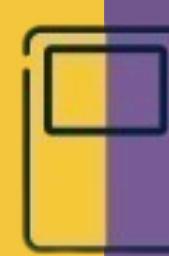
Bevorzugen Sie ein **Kabeltelefon** über ein kabelloses. Verkabeln Sie Geräte mit **Ethernetkabeln & deaktivieren Sie 2.4GHz & 5GHz Applikationen (WLan)** beim Router durch die IP-Adresse im Browser. Nutzen Sie **verkabelte** Tastatur und Maus



#### ELEKTRIZITÄT

**Stecken Sie** Geräte die nicht benutzt werden **aus**.

**Erkundigen Sie sich & reduzieren Sie schmutzigen Strom (SS):** z.B. reduzieren Sie Dimmerschalter, kompakte Leuchtstoffröhren, Ladegeräte. **Prüfen Sie SS bei dem Kauf neuer Geräte.** Ziehen Sie **SS-Monitore & Filter** in Betracht.



#### MESSEN

Nutzen Sie einen EMF-Monitor um **EMF-Werte** in Ihrem Umfeld zu **messen**.



#### SCHUTZ

Schützen Sie sich unterwegs mit **Schutzkappen & -bekleidung**.

Wenn notwendig, schlafen Sie in einem **EMF-schützenden Bettbaldachin**.

FÜR MEHR INFORMATIONEN, BESUCHEN SIE:  
[shop.worldcouncilforhealth.org/product-category/emf-protection/](http://shop.worldcouncilforhealth.org/product-category/emf-protection/)