



Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt

Bereich Gesundheitsdienste

▷ Gesundheitsförderung und Prävention

Gesundheitsförderung
und Prävention
St. Alban-Vorstadt 19
4052 Basel

Tel. 061 267 45 20
Fax 061 272 36 88
E-Mail g-p@bs.ch

www.gesundheitsdienste.bs.ch



und ausserdem...

16:04

Verhalte dich mit deinem Handy bitte **korrekt!** Verletzende Texte, Bilder oder Videos, pornografische Erzeugnisse oder Gewaltdarstellungen dürfen nicht per Handy verbreitet werden. Vor allem solltest du deine Mitschülerinnen, Mitschüler und Bekannte mit **Respekt** behandeln und ihnen solches Material nicht zugänglich machen, vorführen oder gar zusenden. Die **Verbreitung** von solchen Inhalten per Handy ist in der Schweiz **strafbar**.



STRAHLUNG 8 TIPPS RESPEKT INFOS

16:05

Achte darauf, dass dein Handy nicht zur **Schuldenfalle** wird. Vor allem durch sehr **teure SMS-Download-Angebote** (Klingeltöne, Spiele, Bildschirmschoner, Logos), Gewinnspiele und Abstimmungen kann dir sehr schnell viel zu viel Geld abgeknöpft werden. Informiere dich bei deinem Telefonanbieter über **Sperrmöglichkeiten** von so genannten Mehrwertdiensten auf deinem Handy.



STRAHLUNG 8 TIPPS RESPEKT INFOS



hier erhältst du weitere nützliche informationen zum Thema handy/mobil- funk:

16:06

Strahlungsarme Handys
www.topten.ch
www.handywerte.de

Allgemeine Tipps zum Umgang mit dem Handy
www.handyknigge.ch
www.handy-kids.xonio.com
www.handywissen.at

Pornografie und Handy, gesetzliche Bestimmungen
www.feelok.ch
www.147.ch/Was-sagt-das-Gesetz.5367.0.html



STRAHLUNG 8 TIPPS RESPEKT INFOS

16:07

Standorte von Mobilfunkantennen
www.funksender.ch

Elektrosmog, Bundesamt für Gesundheit
www.bag.admin.ch/themen/strahlung/00053

Bundesamt für Umwelt
www.bafu.admin.ch/elektrosmog

Lufthygieneamt beider Basel
www.elektrosmog-basel.ch

IMPRESSUM

TEXTE: WALTER PRIKOSZOVICH
KONZEPTION, SATZ UND GESTALTUNG: STADTLUFT & DESIGN IMFELD
DRUCK: KREIS DRUCK AG



STRAHLUNG 8 TIPPS RESPEKT INFOS

15:57

handy expert

8 Tipps für einen gesunden Umgang mit dem HANDY



STRAHLUNG 8 TIPPS RESPEKT INFOS



diese broschüre zeigt dir, wie du deine gesundheit beim telefonieren mit dem handy schützen kannst.

15:58

warum strahlt mein handy?

Wenn du mit deinem Handy telefonierst, ein SMS/MMS versendest oder empfangst oder im Internet surfst, werden Signale mithilfe **elektromagnetischer Wellen** zwischen deinem Handy und einer fest installierten Mobilfunkantenne übertragen. Dabei strahlt dein Handy.

wie viel strahlung nimmt mein körper auf?

Je länger du Gespräche am Handy führst und je näher es dabei an deinem Körper liegt, desto



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS

15:59

mehr **Strahlung** bekommt dein Körper ab. Du kannst diese Strahlung minimieren: bei guter Verbindungsqualität zeigt die Signalanzeige auf dem Handydisplay alle Balken an und die Sendeleistung ist gering. Als Messgröße dient der so genannte SAR-Wert (spezifische Absorptionsrate).

SAR-Wert: Er gibt an, wie viel **Energie** der elektromagnetischen **Strahlung von deinem Körper aufgenommen wird**. Je niedriger der SAR-Wert, desto besser. Der SAR-Wert eines Handys ist in der Bedienungsanleitung angegeben und wird von vielen Händlern ausgewiesen. Ein SAR-Wert von 0,4 W/kg oder kleiner ist ideal.



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS

16:00

was strahlt sonst noch?

Die Quellen elektromagnetischer Strahlung sind vielfältig. Die technischen Einrichtungen zur **kabellosen Übertragung von Bild, Ton und Daten** verursachen diese Strahlung: das Radio, der Fernseher, schnurlose Telefone, das Babyphon, der WLAN-Zugang zum Internet und Bluetooth sind einige Beispiele.

Für die **Weltgesundheitsorganisation (WHO)** wird die elektromagnetische **Strahlung durch Handys** bisher als **ungefährlich** eingeschätzt. Trotzdem ist es **sinnvoll**, die Strahlungsbelastung **so gering wie möglich** zu halten.



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS



FÜR EINEN GESUNDEN UMGANG MIT DEM HANDY

16:01

1 **Kurz telefonieren**

2 **SMS schreiben statt telefonieren**

3 **Beim Verbindungsaufbau das Handy nicht an den Kopf halten**

4 **Im Freien und nur bei guter Verbindungsqualität telefonieren** (z.B. nicht im Tram, im Bus oder in Gebäuden)



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS

16:02

5 **Die Antenne während des Gebrauchs nicht abgedeckt halten** (Lokalisation der integrierten Antenne: siehe Bedienungsanleitung deines Handys)

6 **Handy abschalten, wenn es längere Zeit nicht gebraucht wird** (z.B. im Kino, beim Sport)



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS

16:03

7 **Handy während des Schlafens abschalten, nicht eingeschaltet neben das Bett legen** (die Weckerfunktion bleibt bei den meisten Handys trotzdem aktiv)

8 **Strahlungsarmes Handy kaufen** (SAR-Wert unter 0,4 W/kg)



STRAHLUNG



8 TIPPS



RESPEKT



INFOS