

# ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES

Le saviez-vous ?



**Les ondes électromagnétiques** des téléphones portables **augmentent la température de certains organes, dont le cerveau !**



**Les téléviseurs, écrans d'ordinateur, fours à micro-ondes, téléphones portables et le wifi** produisent des ondes électromagnétiques.



Les dangers potentiels d'une exposition continue et prolongée aux ondes électromagnétiques sont **la fatigue, les maux de tête et les troubles du sommeil.**



**Les risques potentiels à long terme** (en particulier les tumeurs) **ne sont pas encore connus/indiscutables.**

**En ayant une utilisation raisonnée de mon téléphone portable, je préserve ma santé.**

## Que puis-je faire ?



### AU BUREAU

- ▶ Je réduis la durée de mes appels téléphoniques.
- ▶ J'évite les appels quand le signal de réception est mauvais et quand je suis dans des lieux exigus.
- ▶ J'évite d'avoir en permanence mon téléphone sur moi.
- ▶ Je limite l'activation du wifi et de la connexion 3G/4G.
- ▶ J'utilise un kit piéton (filaire).



### POUR LES ACHATS ET GESTION DES ÉQUIPEMENTS

- ▶ J'achète des téléphones à faible degré d'émission d'ondes électromagnétiques.
- ▶ J'équipe chaque téléphone d'un dispositif (patch ou coque) limitant l'émission des ondes électromagnétiques.
- ▶ Je privilégie les connections filaires (Internet et téléphones) pour les bureaux et opte pour la couverture wifi que pour les espaces communs.
- ▶ Je privilégie les écrans plats.



POUR EN SAVOIR PLUS