

Les Médecins de l'Asep présentent ...

# ONDES EN LIVE

## Favorise le SMS

Préfère les textos aux appels car cela te permet de ne pas coller ton mobile à ton oreille.

## Dors sur tes deux oreilles

La nuit, ne laisse pas ton téléphone à côté de toi ou mets le en mode avion.

## Haut les mains

Utilise le mode haut parleur ou le kit main libre pour limiter l'impact du portable sur ton cerveau.

## Re-pends toi au téléphone

Privilégie le téléphone filaire pour les longues conversations plutôt que les sans fil et les portables.

## Choisis bien ton mobile

Demande un mobile avec le débit d'absorption spécifique (DAS) le plus bas possible.

## Vide tes poches

Mets ton portable dans ton sac pour qu'il soit moins près de ton corps.

En mai 2011, l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a classé les ondes du téléphone portable comme pouvant être cancérogènes. Le Conseil de l'Europe a alors recommandé de limiter au maximum l'exposition aux ondes pour préserver sa santé.



Association  
Santé  
Environnement  
Provence  
[www.asef-asso.fr](http://www.asef-asso.fr)



Région  
Provence-Alpes-Côte d'Azur  
Partenaire principal