# 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.

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

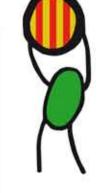
Choisis bien ton mobile

### Vide tes poches

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







**Association** Santé **Environnement Provence** www.asef-asso.fr

