



Bundesamt für Strahlenschutz

Weniger Strahlung beim Telefonieren – das geht ganz einfach...

... und beugt möglichen gesundheitlichen Risiken vor:



Wo es ein Festnetztelefon gibt, benutze ich es auch.



Ich verschicke SMS und erspare mir die Telefonate mit dem Handy.



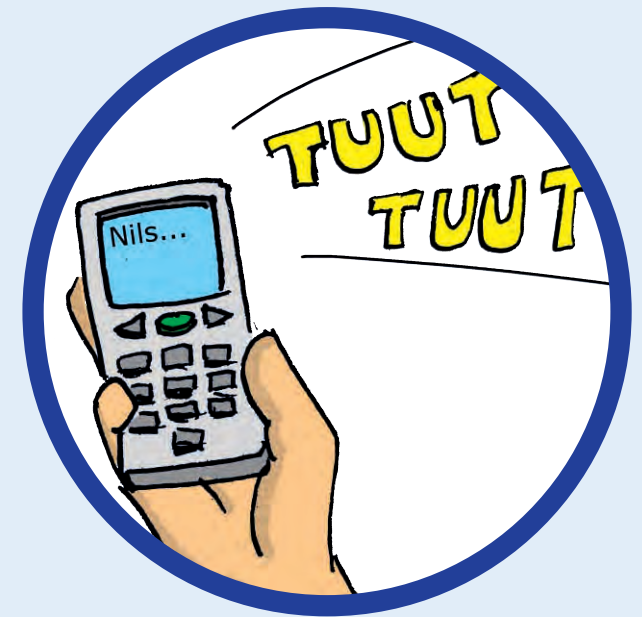
Mit dem Handy telefoniere ich nur kurz.



Bei schlechtem Empfang telefoniere ich möglichst nicht.



Ich nutze ein Headset.



Wenn ich kein Headset habe, nehme ich das Handy erst an mein Ohr, wenn es bei meinem Gesprächspartner bereits klingelt.



Im Auto telefoniere ich auch als Beifahrer nur mit Freisprechanlage und Außenantenne.



Ich verwende Handymodelle mit SAR-Werten von höchstens 0,6 Watt pro Kilogramm (W/kg).



Infos zu den SAR-Werten gibt es im Internet unter: www.bfs.de



Bundesamt für Strahlenschutz



Oficina Federal de Protección
contra las Radiaciones
(Alemania)

Es muy fácil disminuir la radiación de las llamadas telefónicas ...

... Y evitar los riesgos potenciales para la salud:



Cuando hay un teléfono
fijo lo uso preferentemente



Puedo enviar SMS y ahorrar en
llamadas de móvil



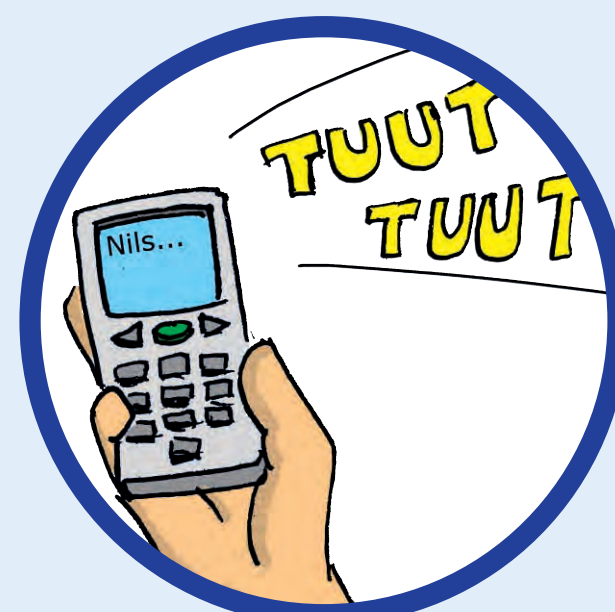
Con él móvil hago
llamadas cortas



Con baja cobertura no se
deben realizar llamadas



Puedo usar auriculares



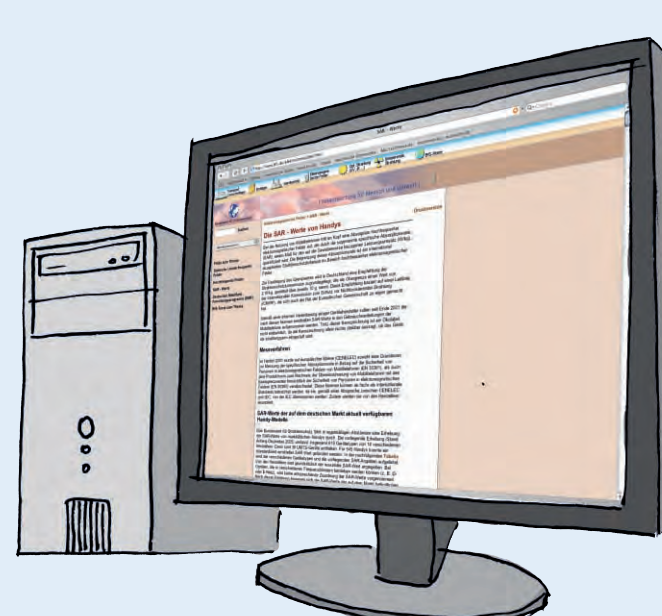
Sin auricular, solo aproximo el
teléfono a la oreja cuando ya
escucho a mi interlocutor.



Solo llamo desde el coche
cuando soy pasajero, hay
antena externa y uso manos
libres



Puedo usar móviles con valores
de SAR que no excedan los 0,6
vatios por kilogramo (W/kg).



Puedes encontrar
información en línea
sobre el SAR:
www.bfs.de

Versión en castellano de la APDR para la Plataforma Estatal Contra la Contaminación Electromagnética.

Original de la **Oficina Federal de Protección contra las Radiaciones de Alemania (BfS)** en:

http://www.bfs.de/de/bfs/publikationen/unterrichtsmaterial/mobilfunk/Poster_Weniger_Strahlung.pdf

Ver también "Recomendaciones de la BfS sobre las llamadas de telefonía móvil":

http://www.bfs.de/de/elektro/hff/anwendungen/mobilfunk/empfehlungen_handy.html/printversion



Bundesamt für Strahlenschutz



Oficina Federal de Protección
contra as Radiacións (Alemaña)

É moi facil diminuir a radiación das chamadas telefónicas ...

... E evitar os riscos potenciais para a saúde:



Cando hai un teléfono fixo
úsoo preferentemente



Podo enviar SMS e aforrar en
chamadas de móbil



Co móbil fago
chamadas curtas



Con baixa cobertura
non se deben realizar
chamadas



Podo usar auriculares



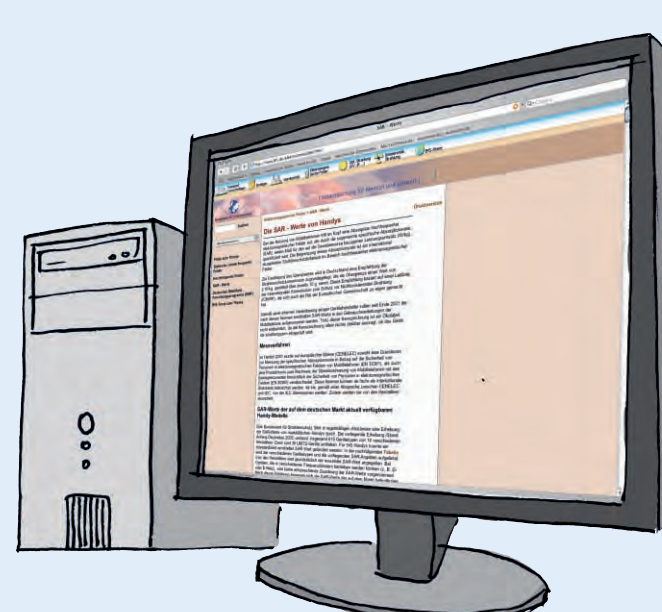
Sen auricular, só aproximo o
teléfono á orela cando xa
escoito ao meu interlocutor.



Só chamo dende o coche
cando son pasaxeiro, hai
antena externa e uso mans
libres



Podo usar móbiles con valores
de SAR que non excedan os 0,6
vatios por kilogramo (W/kg).



Podes encontrar
información en liña
sobre o SAR:
www.bfs.de

Versión galega da APDR. Orixinal da Oficina Federal de Protección Radiolóxica de Alemaña (BfS) en:
http://www.bfs.de/de/bfs/publikationen/unterrichtsmaterial/mobilfunk/Poster_Weniger_Strahlung.pdf

Ver recomendacións da BfS sobre as chamadas de telefonía móbil:

http://www.bfs.de/de/elektro/hff/anwendungen/mobilfunk/empfehlungen_handy.html