



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, **porno-
grafische 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 **Sperr-
möglichkeiten** von so genannten Mehrwert-
diensten 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

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.

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

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

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



8 TIPPS
FÜR EINEN
GESUNDEN
UMGANG MIT
DEM HANDY

- 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

- 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

- 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