

Si, en dépit des risques réels de santé, vous ne souhaitez pas renoncer au sans fil:

- **Pensez à vos voisins** que vous exposez inutilement.
- **Tenez-vous à bonne distance** du routeur et de la station de base de votre téléphone sans fil.
- N'activez votre routeur ou votre boîtier Internet/ TV que lorsque vous en avez vraiment besoin. **Coupez-le systématiquement la nuit** (par exemple via une minuterie).
- N'oubliez pas que **les téléphones DECT standards émettent à pleine puissance**, même en l'absence d'appels. Préférez au minimum un téléphone à faible rayonnement de type **Eco DECT** ou Eco-mode+ (attention, ces fonctions doivent être activées manuellement). Bien que moins nocifs, ces appareils restent néanmoins des « sans fils » à utiliser avec parcimonie.

### Sans fil chez les voisins

Les rayonnements des routeurs WiFi et des téléphones sans fil ont une portée d'au moins 100 mètres. Vous êtes donc également exposé aux rayonnements des émetteurs de vos voisins, tout comme vous les exposez peut-être aussi.

Vous pouvez essayer de les conscientiser en vue de réduire votre exposition et la leur. Ils sont parfois victimes de la négligence d'un opérateur de téléphonie ayant placé à leur insu un émetteur qu'ils n'utilisent pas ou dont ils pourraient facilement se passer. Peut-être sont-ils eux-mêmes malades depuis cette installation.

N'hésitez pas à leur remettre une copie de cette brochure ou d'autres informations disponibles sur les sites des associations.

Il existe aussi des tissus à fibres métalliques anti-rayonnements utilisables comme vêtements, rideaux, baldaquins, de même que des peintures de protection au carbone.

**En définitive, éviter les technologies sans fil, c'est avant tout est une question de respect autant de soi-même que des autres.**

### Saviez-vous que...

- En 2011, le Conseil de l'Europe (47 pays) a voté une résolution recommandant « d'informer sur les risques potentiels pour la santé des téléphones sans fil de type DECT, des interphones pour la surveillance des bébés (...) » et de « privilégier dans les écoles et salles de classe des systèmes d'accès à l'internet par connexion filaire »
- En Allemagne, les autorités recommandent depuis 2007 d'éviter le WiFi à la maison et au travail, en raison d'un possible impact sanitaire.
- En 2009, le Parlement européen a voté à une écrasante majorité une résolution soulignant ses préoccupations quant aux effets pour la santé des champs électromagnétiques.
- L'Agence Européenne de l'Environnement a recommandé en 2007 de prendre des mesures afin de mieux protéger le public contre les technologies sans fil. En vain jusqu'ici.
- Un téléphone sans fil émet de façon continue des signaux électromagnétiques pulsés, même lorsque vous ne téléphonez pas.
- Lorsque vous utilisez l'Internet sans fil, le routeur aussi bien que votre PC portable rayonnent de façon plus puissante.
- Tout comme les allergies, une proportion croissante de la population devient hypersensible aux champs électromagnétiques. Pour ces personnes, les technologies sans fil posent de graves problèmes.
- En 2011, une étude publiée dans le Journal of Integrative Neuroscience (Papageorgiou et al.) montre le lien entre Wi-Fi et diminution de l'attention chez les jeunes pendant qu'ils utilisent leur mémoire de travail.
- En 2010, une étude en double aveugle publiée dans le European Journal of Oncology (Havas et al.) montre le lien entre le DECT/ Wi-Fi et des irrégularités du rythme cardiaque chez certaines personnes.

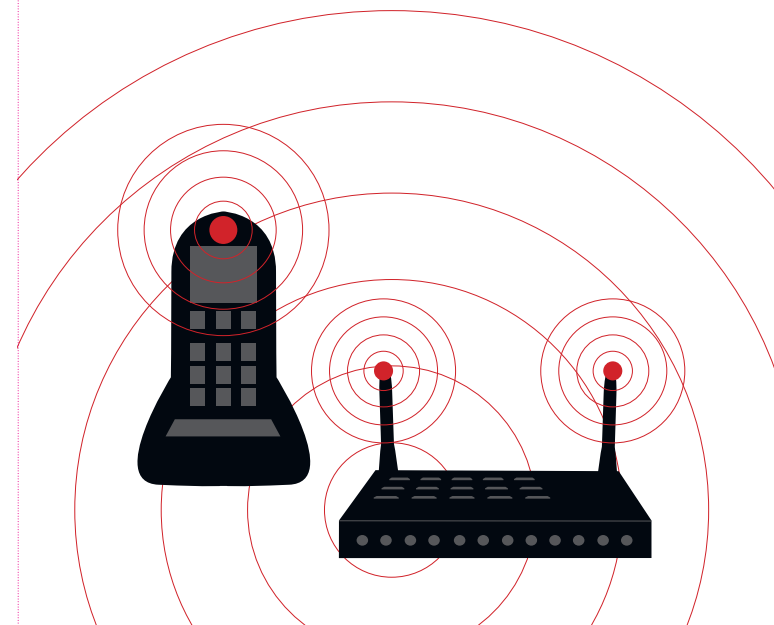
Brochure réalisée par :

Teslabel asbl

Association belge francophone  
de défense contre les nuisances électromagnétiques  
[www.teslabel.be](http://www.teslabel.be)

- Internet sans fil
- Téléphones et babyphones sans fil

## Quels sont les risques pour votre santé ?



*L'Internet sans fil (WiFi) et les téléphones domestiques sans fil (DECT) sont aujourd'hui omniprésents. Mais saviez-vous que ces appareils et bien d'autres technologies "sans fil" émettent sans arrêt des rayonnements de hautes fréquences qui pourraient nuire à votre santé?*

## Dangers des rayonnements

Régulièrement, les médias diffusent un message officiel rassurant sur l'absence de preuves tangibles de la nocivité des rayonnements électromagnétiques. **Pourtant, de plus en plus d'études indépendantes montrent l'existence de risques réels pour la santé.**

Un consortium international de scientifiques, avec le concours de l'Agence Européenne pour l'Environnement, a publié en 2007 le rapport "**Bio-Initiative**", une méta-analyse de plus de 1500 études sur le sujet. Celui-ci conclut à l'existence de suffisamment de preuves d'effets nocifs des rayonnements électromagnétiques et en appelle à l'application rigoureuse du principe de précaution.

De nombreux autres scientifiques de renom et de multiples organisations indépendantes recommandent également un usage nettement plus prudent des technologies sans fil.

## Quels sont les risques pour la santé ?

Malgré l'apparente faible puissance des émissions, c'est le caractère continu de l'exposition qui peut à terme - et même rapidement pour les personnes les plus sensibles - favoriser la survenue des troubles suivants:

**Neurologiques:** maux de tête, problèmes de mémoire, de concentration, d'apprentissage, de sommeil, nausées, picotements, fatigue chronique, stress, angoisses, dépression, ...

**Immunitaire:** dysfonctionnement du système immunitaire, affaiblissement des défenses naturelles, prédisposition aux infections, ...

**Hormonaux:** production perturbée de mélatonine, sérotonine et d'autres neurotransmetteurs, ...

**Cardiovasculaires:** palpitations, arythmie, tension, hémorragies, ...

**Auditifs:** acouphènes, pression des tympans, ...

**Oculaires:** douleur, pression, baisse de la vue, cataracte, macula précoce, ...

**Cutanés, musculaires et articulaires:** rougeurs, inflammations, douleur chronique, sensation de cuisson interne, ...

**Respiratoires:** allergies, ...

## Et les risques à long terme ?

- Risque accru de **maladies neurologiques** et dégénératives comme Alzheimer (notamment par l'affaiblissement de la barrière sang-cerveau favorisant la pénétration de métaux lourds dans le cerveau)
- Risques d'atteintes **génétiques** (ADN)
- Risque accru de **cancer**

Aux yeux de nombreux scientifiques, l'exposition cumulée des enfants dès leur plus jeune âge constitue une expérience grandeur nature irresponsable. Par la durée d'exposition depuis le plus jeune âge, son ubiquité, le nombre de personnes touchées, on est en droit de craindre des conséquences plus graves encore que celles de l'amiante ou du tabac, dont on sait les dizaines d'années qu'il a fallu pour qu'ils soient reconnus à leur juste valeur.

## Existe-t-il des normes de sécurité ?

Il existe des intensités maximales autorisées, variables d'un pays à l'autre, et même d'une région à l'autre. Mais ces valeurs ne protègent que de l'**effet thermique** (réchauffement) des rayonnements artificiels.

Ces recommandations, qui datent des années 1990, sont aujourd'hui obsolètes parce qu'elles n'adressent pas le problème des **effets non-thermiques**. Ces "effets biologiques" sont reconnus par les scientifiques et les pouvoirs publics mais ces derniers tentent de

les minimiser en indiquant qu'ils n'entraînent "pas nécessairement" de nuisances sanitaires, justifiant ainsi le statu quo, et la fuite en avant.

En résumé, dans le cadre d'une exposition chronique au Wi-Fi et au DECT - éventuellement cumulée à l'exposition à des antennes relais et à un usage important du GSM - des études signalent clairement des effets nocifs à des niveaux d'exposition largement inférieurs à ceux fixés par les normes.

## Comment se protéger ?

Votre santé n'est pas encore affectée, c'est aujourd'hui qu'il faut donc faire un choix, pour respecter la santé de votre famille, de vos proches, et de vos voisins.

**Pour le Wi-Fi comme pour le DECT, la meilleure solution est de les remplacer par l'Internet câblé et par le téléphone filaire.**

Si vous disposez d'une installation câblée avec un **routeur** ou un **boîtier Internet/TV**, sachez que le WiFi est souvent activé par défaut, et qu'il émet donc inutilement 24 heures sur 24. Faites le désactiver ou désactivez-le vous-même en entrant « <http://192.168.1.1> » dans l'adresse de votre navigateur et en suivant les instructions de votre appareil.

Si l'option câblage est trop difficile, un moindre mal serait de remplacer votre WiFi par le **système "Courant porteur de ligne"**, un système qui transmet le signal internet via le réseau électrique. Pour autant que l'on respecte un débit maximal de 85 Mo/sec et qu'on l'éteigne la nuit, ce système peut être envisagé comme alternative au WiFi, bien que le câblage reste la meilleure solution.

**Attention:** les nouveaux routeurs contiennent souvent un deuxième réseau WiFi "communautaire" qui continue d'émettre même après désactivation de votre WiFi; pour le couper, une seconde procédure est nécessaire.

