

# **TELEPHONE PORTABLE règles pour les rendre « Non toxic »**

**Pour conserver l'usage de son téléphone en minimisant son exposition aux ondes tout en restant joignable par appel et sms :**

**Pour qu'il n'émette pas d'ondes HF en mode avion ou éteint** (car parfois un téléphone éteint émet quand même des ondes) :

## **10 points de réglages**

1. Désactiver les données mobiles (ou données cellulaires ou Data), (les activer seulement lorsqu'on en a besoin pour internet ou MMS).
2. Désactiver le wifi (normal).
3. Désactiver le wifi actif (automatique) dans les lieux où il a déjà été activé, (pour certains téléphones).
4. Désactiver le bluetooth.
5. Désactiver le NFC (near field communication).
6. Désactiver la recherche à proximité d'appareil.
7. Désactiver vérifier dans les paramètres les autres risques possibles de connexions automatiques.
8. Eteindre complètement le téléphone tous les 15 jours sinon, malgré les bons réglages, ""le téléphone reprend une ""certaine autonomie"" c'est à dire qu'il se réactive certains paramètres sans que les icônes qui les détectent soient activées.
9. Désactiver l'application géolocalisation que certaines personnes ont sur leur téléphone.
10. Pour les portables récents qui ont la possibilité de se connecter dans une voiture il faut aussi aller désactiver l'application auto qui permet de se connecter automatiquement