

TELEPHONE PORTABLE

Quelques règles pour le rendre moins toxique

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 voire éteint, car certains téléphones dans les dernières générations, même éteints, émettent des ondes HF :

10 points de réglages à vérifier

Conseil de base : désactiver toute application dont vous n'avez plus besoin.

1. Désactiver les données mobiles (ou données cellulaires ou Data), les activer seulement lorsqu'on en a besoin pour internet ou les MMS.
2. Désactiver le Wi-Fi (normal).
3. Désactiver le Wi-Fi 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). Désactiver toute recherche de proximité d'appareils.
6. Vérifier et désactiver dans les paramètres les autres risques possibles de connections automatiques.
7. Désactiver après usage la fonction réveil.
8. Désactiver l'application géolocalisation que certaines personnes ont sur leur téléphone.
9. Pour les portables récents qui ont la possibilité de se connecter dans une voiture, il faut aussi désactiver l'application auto qui permet de se connecter automatiquement.
10. **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 réactive certains paramètres sans que les icônes qui les détectent soient activées.