

Hochfrequenten Elektromog verringern – Immunsystem stärken

Wir wollen gesund sein, achten auf Ernährung, Bewegung, Erholung, ... - und verwenden immer mehr „digitale Lösungen“.

Doch **Handys, Smartphones, WLAN, Bluetooth** und **DECT-Mobil-Telefone** arbeiten mit **Mikrowellenfunkstrahlung**.

Das bedeutet **Stress** für unseren Körper! Wissenschaftliche Studien zeigen: **sie schwächt unser Immunsystem**, wodurch wir anfälliger für Infektionen werden. (<https://www.emfdata.org>)
Doch genau das wollen wir vermeiden!

Um gesund zu bleiben ist es also wichtig die Strahlenbelastung zu verringern und eine **möglichst funkfreie, Elektromog-freie Umgebung** zu schaffen.

Wir haben uns informiert, wie das möglich ist.

Hier unsere fünf Tipps:

① **in Gebäuden** telefoniert man gesund vom **Festnetzanschluss** mit einem **Schnurtelefon** (kein frei herum tragbares Mobilteil, das die Worte zur Basisstation funkt, sondern **Hörer an der Schnur!**); von Olympia oder Siemens gibt es Modelle mit Anrufbeantworter und Großtasten für Senioren; ein reiner Festnetzanschluss kostet etwa 25 € im Monat inklusive 120 Freiminuten und wer mehr braucht: call by call gibt es oft für weniger als 1 Cent pro Minute.



② ein **Router** kann auf **zwei Arten** für den **Internetzugang genutzt** werden: entweder mit Funk (WLAN = wireless local area network) oder über die **LAN-Anschlüsse** für kabelgesunde Internetverbindung; um keine Funkbelastung zu haben, muss man die WLAN-Funktion ausschalten: entweder direkt am Router oder im Steuermenü am Computer;

also: funkendes **WLAN am Router und am Endgerät ausschalten** und alle Geräte mit LAN-Daten-Kabeln verbinden:

- LAN-Kabel gibt es in Elektronikmärkten (gekauft: 10 m für 7,50 €); die sind auch lang genug, um weiterhin bequem draußen auf dem Balkon Internet nutzen zu können
- einfach das Kabel in die Buchsen am Router und Endgerät (**Computer, Laptop, TV-Box, Spielekonsole, Drucker, Scanner, Fax**) stecken und weiter surfen, Musik hören, Videospiele spielen und arbeiten wie vorher, nur schneller, sicherer und gesünder; vor allem **Smart-TVs** sollten verkabelt werden und die Bluetooth und WLAN-Funktion deaktiviert!
- für **Tablets** und **Smartphones** gibt es USB-Adapter für das LAN, sodass man den kabelgesunden Internetzugang nutzen kann:



<https://strahlend-gesund.de/lan-adapter>

https://praxistipps.chip.de/android-mit-lan-verbinden-so-gehts_36178

Keine Bluetooth-Kopfhörer verwenden!

③ evtl. ist **im Router** eine **DECT Basisstation** eingebaut, die ständig Funksignale sendet und den Körper stresst (bemerktbar an Schlafbeschwerden, Unruhe, Kopfschmerzen, man meidet die Umgebung intuitiv); die sollte man deaktivieren (Bedienungsanleitung! oder Anbieter kontaktieren);

④ viele **DECT-Mobiltelefone** (Station am Festnetz, tragbare Mobilteile) **pesten ständig**, auch bei aufgelegtem Mobilteil!

Deshalb: austauschen gegen eines, dessen Basisstation aufhört zu funken, wenn man nicht telefoniert und das Mobilteil aufgelegt wird („ECO Modus plus“, „Full ECO Mode“); diese Einstellung muss eventuell erst aktiviert werden!

Eine Liste mit diesen Modellen gibt es bei <http://www.baubiologie-virnich.de>: „DECT_zero“, z.B. Gigaset E370A oder alle Telekom Sinus-Modelle mit dem Blauen Engel;

Wirklich strahlungsfrei ist nur ein Schnurtelefon (siehe ①)

Warum ist es gesünder nicht im Auto online zu gehen und in Gebäuden zu verkabeln und statt des Handys einen Festnetzanschluss mit Schnurtelefon zu nutzen?

Weil die Strahlenbelastung bei Handy-Nutzung in Gebäuden und Fahrzeugen extrem ist, da diese als Hindernisse beim Aufbau des Funkkontakts wirken (Faradayscher Käfig).

Wenn wir **Handys nur draußen im Freien benutzen**, reicht eine **viel, viel geringere Sendeleistung** für den Verbindungsaufbau aus (0,00005 $\mu\text{W}/\text{m}^2$!) und der **Elektrosmog wird extrem reduziert**.

Drinnen streamen, downloads, Videos schauen, all das ist gesünder, schneller und sicherer über Datenleitung in Glasfaserkabel (siehe ②). Deswegen macht es Sinn für „schnelles Internet“ den Glasfaserbreitbandausbau zu fordern und zu fördern (Glasfaser leitet noch schneller als Kupferkabel)! Das Kupferkabel bis zum Haus ist wegen des Telefonfestnetzes sowieso da; dann das LAN-Kabel zum Endgerät und somit funkfremde = elektrosmogfreie Luft im Haus! Kabel ist schneller, störungsfreier, braucht weniger Energie und verursacht weniger als die Hälfte an CO_2 verglichen mit Funk!

⑤ Smartphones sind Dauersender, selbst wenn sie „nur rumliegen“ und nicht benutzt werden. Wer sein Smartphone eingeschaltet bei sich trägt, trägt eine Substanz in der Hosentasche, die ebenso krebserregend eingeschätzt wird wie DDT, Tetrachlorkohlenstoff und Blei (WHO, Kat 2B)! Viel öfter sollten wir **ausschalten** oder zumindest den **Flugmodus aktivieren** und **WLAN, mobile Daten und Bluetooth deaktivieren; die Kamera funktioniert trotzdem!** In Gebäuden sollten wir nicht mit Handys telefonieren.

Dazu appelliert man am Eingang mit einem gut sichtbaren Schild und Erklärungshinweis.



Wir haben unsere Idee mit angehängt.

Weitersagen: Funkfrei ist gesünder!

Bürger-Initiative „Weniger Funk – Glücklicher und Gesunder“ Mainleus

Fragen? Kontakt: Alex Kaiser alex.kaiser@wenigerfunk.de
Jürgen Ramming juergen.ramming@wenigerfunk.de

Ausführliche Ratschläge und Literatur gibt es auch bei

www.diagnose-funk.org (Suchbegriff: Router einstellen, DECT Telefon) oder bei

www.buergerwelle.de (Suchbegriff: Infomaterial, DECT, WLAN, Mobilfunk)

Empfehlenswert die Informationen von Prof. Dr. Karl Hecht: <https://www.diagnose-funk.org/1590>

WIR SCHALTEN AUS

für uns und die Umwelt!



So oft es geht,
vor allem in Gebäuden und Fahrzeugen,
Flugmodus aktivieren oder **ausschalten**

Funkfrei ist gesünder!

Elektrosmog ist geruch- und lautlos, aber er stresst lebende Zellen,
als wäre das Smartphone eine **stinkende, qualmende Zigarre**.

Ich lese immer „smart“ – SmartHome, Smartphone, Smartwatch, SmartClock ..., dabei ist das doch Mikrowellenfunk!

Mit 2,45 Gigahertz sendet sowohl die Mikrowelle in der Küche elektromagnetische Strahlung in die Speisen zum Erhitzen, als auch das SmartHome, Smartphone, alle Sprachassistenten (Siri, Alexa), DECT-Mobiltelefone, das WLAN und Bluetooth kommunizieren mit ihr und uns auf der gleichen Frequenz. 2,45 Milliarden mal in einer Sekunde polt sich das magnetische Feld um.

Unser Körper leitet Information auch durch elektrische Reize (EEG, EKG). Die „smarten“ hochfrequenten elektromagnetischen Wellen durchdringen Mauern und Fenster und den menschlichen Körper.

Das bedeutet **oxidativen Stress**, Radikalbildung, Schwächung des Immunsystems und Zellschädigung – mit Krebs als möglicher Folge. Bereits 1961 beschrieb der deutsche Forscher E. Schliephake das sogenannte „**Mikrowellensyndrom**“ (Kopfschmerz, Herzrhythmusstörungen, Blutdruckkrisen).

Die aktuellen Grenzwerte sind millionenfach zu hoch, um uns vor gesundheitlichen Schäden zu schützen (Grenzwert: 10.000.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; μ = mikro = einmillionstel, d.h. 10.000.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2 = 10 \text{ W}$!; guter Handy-Empfang bei 0,00005 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; der BUND fordert einen Vorsorgewert von 0,01 - 1 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; ein Handy belastet mit ca. 2.000 bis 10.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; ein Mobilfunkmast mit bis zu 10 W/m^2 , 24 Stunden am Tag; WLAN im Peak am Hotspot: 200.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; Laptop mit WLAN (also nicht kabelgebundenem sondern funkgestütztem Internetzugang): 30.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; Spielekonsole/Handcontroller: 8.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$, im Standby: 4.000 $\mu\text{W}/\text{m}^2$; seitliche Leckstrahlung des Mikrowellengeräts: 500 $\mu\text{W}/\text{m}^2$); warum das so ist wird gut erklärt im Infofaltblatt „Mobilfunk schadet der Gesundheit“ der Bürgerwelle (siehe unten).

Bei Kontrollen wurde festgestellt, dass beim Telefonieren mit Smartphones die Belastung im Kopfbereich um das zweifache über dem Grenzwert lag, also extrem gesundheitsschädlich.

<https://www.phonegatealert.org/>

„**Die bisher größte Überblicksstudie zu „WLAN**, biologische und pathologische Wirkungen der Strahlung auf Zellen, Kognition und Verhalten“ von Isabel Wilke dokumentiert mehr als 100 Studien, die die Gesundheitsschädlichkeit der **Trägerfrequenz 2,45 GHz** [Gigahertz] und ihrer **gepulsten Variante WLAN** untermauern. In der Zusammenfassung des Reviews heißt es u.a.: „**Die geltenden Grenzwerte schützen nicht vor den gesundheitlichen Risiken der WLAN-Strahlung. Die negativen Auswirkungen** auf Lernen, Aufmerksamkeit und Verhalten begründen für Erziehungsinstitutionen aller Altersstufen einen **Verzicht auf WLAN-Anwendungen**. Auf Grund der zelltoxischen Wirkungen ist **WLAN als Technologie** in Krankenhäusern und für die Telemedizin **nicht geeignet. WLAN sollte nicht in Schlafzimmern, an Arbeitsplätzen, in Aufenthaltsräumen, Krankenzimmern, Hörsälen, Klassenzimmern und in öffentlichen Verkehrsmitteln genutzt werden.**“

<https://www.emfdata.org/de/dokumentationen/detail&id=223>

Wir können versuchen noch so gesund zu leben und die Umwelt zu schützen – all das hilft nicht viel, wenn wir gleichzeitig verstrahlter Luft ausgesetzt sind. Viele industrieunabhängige Organisationen, wie zum Beispiel diagnose-funk (<https://www.diagnose-funk.org/>) und Bürgerwelle (<https://www.buergewelle.de/>), versuchen schon seit langem uns wachzurütteln.

Auch www.aerzte-und-mobilfunk.eu und bvmde.org bieten Aufklärung.

"Das **Bundesamt für Strahlenschutz** (BfS) empfiehlt generell, die persönliche Strahlenbelastung zu minimieren, um mögliche, aber bisher nicht erkannte gesundheitliche Risiken gering zu halten. Einfache Maßnahmen sind hierfür: **Bevorzugen Sie Kabelverbindungen**, wenn auf Drahtlostechnik verzichtet werden kann. **Vermeiden Sie die Aufstellung von zentralen WLAN-Zugangspunkten** in unmittelbarer Nähe der Orte, an denen sich Personen ständig aufhalten, zum Beispiel am Arbeitsplatz. Falls vorhanden, stellen Sie die Reichweitenbegrenzung ein, um die maximale Strahlungsleistung zu reduzieren."

Infoblatt des Bundesamtes für Strahlenschutz: Sprach- und Datenübertragung per Funk: Bluetooth und WLAN, August 2012

(Vor allem nachts komplett) Ausschalten (und zwar alle funkenden Geräte) bedeutet aktiven Gesundheitsschutz!