



Deklaracja z Nikozji (Nicosia Declaration) dotycząca pól elektromagnetycznych/ częstotliwości radiowych

Listopad, 2017

Proponowane zalecenia oparte są na istniejących zaleceniach drukowanych co roku przez Wiedeńskie Izby Medyczne (Austria) oraz zaleceniach opublikowanych przez Cypryjski Komitet Ochrony Środowiska i Zdrowia Dziecka, a także niedawny apel z Rejkiawiku z 2017 roku.

16 Praktycznych Zasad

1. Dzieci oraz osoby poniżej 16 roku życia powinny nosić telefony komórkowe tylko w sytuacjach awaryjnych.
2. Telefony komórkowe, tablety, laptopy to nie zabawki ani źródło rozrywki dla dzieci. Mogą być używane przez dzieci tylko jako tzw. proste urządzenia, tzn. w trybie samolotowym i z wyłączonymi: Wi Fi, bluetoothem i bezprzewodowym Internetem.
Gry, piosenki itp. powinny być wcześniej ściągnięte i zapisane przez rodziców. Nawet wtedy, używanie tych urządzeń powinno się ograniczać i dostosować do wieku dziecka. Dzieci w wieku przedszkolnym powinny korzystać z nich jak najmniej, a dzieci poniżej 2 roku życia wcale.
3. Stosuj zasadę, żeby jak najmniej dzwonić i staraj się, żeby rozmowy były jak najkrótsze. Używaj zamiast tego telefonu stacjonarnego albo pisz SMSy.
4. „Odległość to twój przyjaciel”. Trzymaj telefon z dala od ciała i głowy podczas dzwonienia i utrzymuj przynajmniej odległość zalecaną w instrukcji użytkowania. Korzystaj z trybu głośnomówiącego albo ze słuchawek.
5. Używając słuchawek lub trybu głośnomówiącego, nie trzymaj telefonu komórkowego bezpośrednio przy ciele. Szczególnie ostrożne powinny być kobiety w ciąży. Telefony komórkowe stanowią też zagrożenie dla płodności mężczyzn, gdy noszone są w kieszeni spodni. Osoby z elektronicznymi implantami (rozrusznik serca, pompa insuliniowa itp.) powinny zwracać szczególną uwagę na odległość. Jeśli nie ma innej opcji, noś telefon w zewnętrznej kieszeni płaszcza albo w plecaku, torbie czy torebce.
6. Nie używaj telefonów komórkowych czy smartfonów w pojazdach (samochód, autobus, pociąg). Bez zewnętrznej anteny, promieniowanie w pojeździe jest podwyższone. Ponadto, użytkownik się rozprasza i stanowi uciążliwość dla innych osób korzystających z transportu publicznego.
7. Nigdy nie pisz SMSów kierując pojazdem! Rozproszenie uwagi powoduje, że stanowisz niebezpieczeństwo nie tylko dla siebie, ale też innych użytkowników dróg!
8. Dzwoniąc w domu czy w pracy używaj telefonu stacjonarnego.
9. Pracuj więcej offline i trzymaj telefon w trybie samolotowym. Do słuchania muzyki, robienia zdjęć, używania zegarka czy kalkulatora albo do grania offline nie jest potrzebne stałe połączenie z Internetem.