

DECALOGO USO CELLULARI:
alcune regole per una discussione¹

1. La distanza è vostra amica: utilizzare l'auricolare (meglio con il filo per diminuire l'effetto delle onde elettromagnetiche sulla testa), il vivavoce o gli sms ogni volta che è possibile.
2. Evitare le lunghe telefonate, alternare spesso l'orecchio durante le conversazioni e limitarne drasticamente la durata (alcuni minuti).
3. Durante la notte non tenere il cellulare acceso sul comodino o, peggio, sotto il cuscino (le onde elettromagnetiche disturbano il sonno). Non ricaricarlo vicino al letto!
4. Durante il giorno non tenere il telefonino acceso in tasca o a contatto con il corpo, ma riporlo sul tavolo, metterlo nel cappotto o tenerlo nella borsa.
5. Spegnerne il cellulare negli ospedali o dove sono presenti apparecchiature elettromedicali, sugli aerei e in presenza di persone con dispositivi quali pacemaker o apparecchi acustici. Anche al cinema e a teatro il cellulare deve essere spento. Ricordarsi che il suo uso a scuola è vietato dalla legge.
6. Evitare l'uso del telefonino sotto i 12 anni, utilizzarlo solo per le chiamate di emergenza!
7. Non utilizzare il telefonino per giocare.
8. I telefoni non emettono tutti lo stesso livello di radiazioni. Anche se è un indicatore imperfetto, scegliete il modello con minore Sar (tasso di assorbimento specifico). Evitare di telefonare in auto, bus e treno: l'irradiazione delle onde elettromagnetiche in questo caso è molto maggiore.
9. Non utilizzare suonerie o musiche ad alto volume in luoghi pubblici.
10. Fotografare e filmare solamente persone che hanno espressamente autorizzato la ripresa. Non mettere in rete nulla senza permesso degli interessati.

¹ Le presenti regole sono uno strumento di lavoro per favorire la discussione e il confronto, non vogliono essere regole definitive e incontrovertibili. Il Decalogo è stato costruito assemblando diverse fonti tra cui: Ordine degli Ingegneri della Provincia di Napoli; Provincia autonoma di Trento; Associazione Culturale Pediatri; Società medici per l'Ambiente (ISDE – International Society of Doctors for the Environment); APPLE (Associazione per la Prevenzione e la Lotta all'Elettrosmog); Garante della Privacy.