

KOSTENLOSES E-BOOK:

10 TIPPS

für ein strahlungsarmes **Schlafzimmer**



Wie Sie durch Elektromog verursachte
Schlafstörungen reduzieren können...



Elektromog.com

Unabhängige Informationen zum Thema Elektromog



World Health
Organization

Sowohl die Weltgesundheitsorganisation (WHO) als auch die Europäische Union (EU) empfehlen die Reduzierung der elektromagnetischen Emissionen (Elektrosmog).

Mehr Informationen finden Sie unter:

www.elektrosmog.com

Geräte die ElectroClean sind, also relativ wenig Elektrosmog verursachen, finden Sie unter:

www.igef.info

Tipp 1:

Verbannen Sie Basisstationen von schnurlosen Telefonen aus dem Schlafzimmer, oder am besten direkt aus Ihrer Wohnung!

Tipp 2:

Schalten Sie sämtliche Handys im Schlafzimmer aus oder in den Flugmodus, falls Sie den Wecker auf Ihrem Handy nutzen möchten. Laden Sie Ihr Handy nicht in Körpernähe auf!



Elektrosmog.com

Klicken Sie hier, um sich unabhängig zu informieren!

Tipp 3:

Verwenden Sie im Schlafzimmer keine Elektrogeräte wie Fernseher, Stereoanlagen oder Computer!

Tipp 4:

Halten Sie mindestens einen Meter Abstand zu netzbetriebenen Geräten wie Radioweckern, Nieder-volt-Halogenlampen oder Ladegeräten!

Tipp 5:

Platzieren Sie keine Verlängerungskabel neben oder unter dem Bett. Nutzen Sie kein Funk-Babyfon!

Tipp 6:

Achten Sie darauf, einen Meter Abstand zu Elektrogeräten in benachbarten Räumen zu halten: Fernseher, Stereoanlagen, Küchengeräte, Elektroboiler, Ladegeräte, schnurlose Telefone etc.

Tipp 7:

Schalten Sie Ihr WLAN vor dem Schlafengehen einfach aus!



Elektrosmog.com

Klicken Sie hier, um sich unabhängig zu informieren!

Tipp 8:

Achten Sie darauf, dass sich in Ihrem Kopfbereich keine Steckdosen oder unsichtbaren Elektroinstallationen befinden – oder schalten Sie diese mit einem Netzfreischalter ab! Erkundigen Sie sich bei Ihrem Elektroinstallateur!

Tipp 9:

Wenn Sie weiterhin Schlafprobleme haben, messen Sie den von außen kommenden Elektrosmog mit einem NF/HF-Messgerät!

Tipp 10:

Für die Bewertung der Messergebnisse und Beratung hinsichtlich möglicher Schutzmaßnahmen sollten Sie sich an einen Baubiologen wenden.



Elektrosmog.com

Klicken Sie hier, um sich unabhängig zu informieren!

Bleiben Sie gesund - Beachten Sie die 6 A's!

1

Aufmerksamkeit

Informieren Sie sich über Geräte, die Elektromog erzeugen!

2

Abschalten

Schalten Sie Geräte im Stand-by Modus aus, wenn das Ausstecken nicht möglich ist!

3

Abstand vergrößern

Halten Sie von fest installierten Elektrogeräten so weit wie möglich (mindestens einen Meter) Abstand!

4

Abschirmen

Stellen Sie sicher, dass Sie unvermeidbare Strahlungen abschirmen! [Abschirmmaterialien ansehen...](#)

5

Abschaffen

Schaffen Sie unnötige Geräte, die viel Elektromog verursachen, einfach ab!

6

Anschaffen

Schaffen Sie sich strahlungsarme Elektrogeräte an, zum Beispiel solche mit einer ElectroClean-Bewertung!



Elektromog.com

Klicken Sie hier, um sich unabhängig zu informieren!