

Schnelles Internet

Wie kommt das Internet ins Haus bzw. zum Endgerät

1. Empfohlen: Kabelgebunden über Telefon- oder Kabelnetz

Nur die kabelgebundene Lösung erzeugt **keine Funkstrahlung!** Zusätzlich bieten sowohl Telefon- als auch Kabelnetzbetreiber ein **schnelleres Netz** als Mobilfunkbetreiber.

2. Nicht empfohlen: Mobilfunk (GSM, UMTS, LTE)

Eine mobile Datenverbindung eignet für unterwegs ist. Für den stationären Betrieb zu Hause ist diese Variante nicht zu empfehlen.

Die **Strahlung von Mobilfunksendern ist umso höher, je mehr Daten übertragen werden.** Im Vergleich zur Telefonie ist das Datenaufkommen beim Surfen im Internet (z. B. Videos) wesentlich höher. Dies führt auch zu mehr Mobilfunksendern.

Viele **Handys, Tablets und Notebooks** sind für eine **mobile Datenverbindung** ausgelegt. Ein **USB-Internetstick (Surfstick)** ermöglicht ebenfalls mobiles Internet. Auch wenn nicht im Internet gesurft wird, werden im Hintergrund laufend Daten ausgetauscht. Dies führt zu ständiger Belastung. Deshalb sollte diese Funktion **nur für kurze Onlineaktivitäten** aktiviert werden. Außerdem sollte auf einen **guten Empfang** geachtet werden.

Wie wird das Internet im Haus verteilt

1. Empfohlen: Kabelgebunden

An einem zentralen Übernahmepunkt werden die Daten mit einem Modem umgewandelt und über Netzkabel zu den Endgeräten in die Räume verteilt. **Achtung:** Bei WLAN-fähigen Modems sollte WLAN abgeschaltet werden. So entsteht **keine Funkstrahlung!**

2. Bedingt empfohlen: Power Line Communication (PLC)

Mittels PLC-Adapter werden die Daten über das bestehende Stromnetz übertragen. Die auf das Stromnetz aufmodulierten Oberwellen und Pulsungen (**Dirty Power**) stehen unter dem Verdacht die menschliche Gesundheit zu beeinträchtigen.

3. Nicht empfohlen: WLAN (Wi-Fi)

Das WLAN-Modem sendet im Stand-by-Betrieb ständig ein gepulstes Signal aus – auch dann, wenn nicht im Internet gesurft wird. Sobald Daten übertragen werden, entsteht eine höhere Belastung. WLAN sollte **nur während der benötigten Zeit** eingeschaltet werden. Zumindest während der Schlafstunden sollte WLAN abgeschaltet werden.

Handys, Tablets, Computer und Notebooks verfügen meist über eine WLAN-Option, die **beim Kauf eingeschaltet** ist. Endgeräte suchen in regelmäßigen Abständen (typ. 5-60 Sekunden) nach verfügbaren WLAN-Netzen. Sind alle Geräte über Kabel angeschlossen oder wird momentan kein WLAN benötigt, sollte **WLAN deaktiviert** werden.

Elektrosmog reduzieren – unserer Gesundheit zuliebe!

