

Årets kursus var en succes



Kurset var et tilløbsstykke med mange deltagere.

Den personlige kontakt og snakken på tværs giver medlemmer mulighed for, at møde andre EHS personer de har det godt sammen med.

I dette nummer kan du bl.a. læse om:

NY BOG: Mørkelægning af mobilstrålingens konsekvenser
EHS ramt og hvad så? • Antiinflammatorisk og syre-base kost
Smartmetre installeres inden 2020 • Om at blive miljøflygtning

MEDLEMSBLADET er forbeholdt EHS Foreningens medlemmer og udkommer 3 gange årligt: Marts, juni og november.

Deadline for næste blad:
10. februar 2018

MEDLEMSKAB

Kasserer Heine Bertelsen
Varbergvej 30
8600 Silkeborg
Tlf. 27 20 54 95
kasserer@ehsf.dk

Rådgiver og kassererassistent

Birthe Mikkelsen, Tlf. 97 14 02 09
bjm@mikkelsen.mail.dk

Rådgiver

Inge Liivå, Tlf. 64 66 41 23

Bestyrelse (se bagsiden)

Redaktion

Karin Nørsgaard
Gyldenstens Vænge 170
3600 Frederikssund
Tlf. 47 38 41 10
redaktion@ehsf.dk

ISSN: 1903-9425

Tryk

TryksagsAgenten.dk

Artikler kan citeres mod kildeangivelse, jf. ophavsretsloven. Artikler og annoncer dækker ikke nødvendigvis over EHS Foreningens synspunkter. Alle råd skal betragtes som vejledende.

Indhold

| | |
|---|----|
| Kære læser | 3 |
| Velkommen til de nye | 4 |
| Mørkelægning af mobilstrålingens konsekvenser | 5 |
| Lokalgrupper og netværk | 7 |
| Teknikhjørnet – teknisk brevkasse | 8 |
| EHS-ramt og hvad så? | 11 |
| Antiinflammatorisk og syre-basekost | 13 |
| Smartmeter installeres inden 2020 | 17 |
| Om at blive miljøflygtning | 21 |
| Argumenter, kontakt og læserbreve | 24 |
| Anmeldelse af weekendkursus | 28 |
| Del dine rejsetips med os | 29 |
| Fra læser til læser | 30 |
| Varsling af ordinær generalforsamling 2018 | 31 |
| JULETILBUD – medlemsblade 2014-2016 | 32 |
| Annoncer | 33 |
| Brug EHS Foreningen | 34 |

Del din EHS historie med os

Du kan være med til at skabe en større viden om og forståelse for livet og vilkårene for mennesker, som har EHS, ved at dele din viden, erfaringer og oplevelser. Flere medlemmer har efterspurgt en lille bog eller et hæfte med fortællinger og videns- og erfaringsdeling. Du må gerne være anonym. Et medlem har tilbudt at samle og koordinere materialet. Beretninger sendes til redaktionen mærket: Historiebog

Oplysningsmaterialer

Du kan rekvirere oplysningsmaterialer fra EHS Foreningen (undtaget **MEDLEMSBLADET**) hos:

Bente Damhus, Jernbanegade 24B, 6933 Kibæk
tlf. 97 19 24 41, kl. 17-20 eller mobil 60 13 70 92,
bentedamhus@gmail.com

Frivilligkoordinator

Har du lyst til at deltage i foreningens arbejde, eller har du gode ideer til aktiviteter, kan Lone Klemmensen kontaktes på tlf. 86 30 19 65 eller frivillig@ehsf.dk

Kære læser...



Af Formand Christina Funch Mellgren

I skrivende stund er efterårets teknik- og kommunikations-kursus på Djursland vel overstået og næste punkt er det årlige strategimøde, som i år afholdes i Silkeborg hos Heine Berthelsen, der også er foreningens nye kasserer.

Kurset har været et tilløbsstykke og det virker som en samlende og identitetsskabende faktor. Den personlige kontakt og muligheden for at snakke på tværs giver medlemmer og aktive mulighed for, at møde personer, de arbejder godt sammen med, og det giver i det hele taget en fornemmelse af, at der er andre med samme ønsker, udfordringer og ideer både lokalt og på landsplan.

Ligesom den ekstra dag i forbindelse med generalforsamlingen, giver det grobund for konkrete projekter, vidensdeling og hjælp til selvhjælp.

EHS rammer alle områder i livet og listen over, hvor der burde sættes ind, er uendelig – alt der lykkes er godt og prisværdigt. Jeg kan derfor også kun tilskynde til at I bruger netværkslisten, og får skrevet jer på, så I har nogle at kontakte og folk kan få fat i jer. Det er også vigtigt at I kontakter bestyrelsen eller frivilligkoordinatoren, hvis I ønsker at finde nogle samarbejdspartnere indenfor en sag eller et indsatsområde, I gerne vil arbejde for. Dette kursus viser endnu en gang at der sidder virkelig vidende og dygtige mennesker i foreningen og når kræfterne mødes begynder tingene at ske. En hurtig præsentation af deltagerne viste også at rigtig mange søger et bedre sted at bo. Et større lokalt samarbejde vil også gøre det meget nemmere.

Inde i bladet finder i artikler af Kim Horsevad og Pernille Schriver, samt en kort kursusevaluering fra en deltager. Evt. materiale og lydoptagelser kan rekvireres ved henvendelse til underviserne.

Birthe Mikkelsen vores udnævnte rådgiverkoordinator, har lavet en rundspørge blandt rådgiverne og melder at foreningen modtager minimum 2000 medlems-henvendelser årligt. Dertil kommer de mange henvendelser udefra. Der er et stort behov for et overblik, så vi kan bruge ressourcerne rigtigt. Med ca. to-tre nye indmeldelser pr. uge, som det er nu, er vi nødt til at tænke fremadrettet og praktisk.

Det er et af fokuspunkterne ved det kommende strategimøde. Udover medlemspleje har vi også nogle meget vigtige indsatsområder hvoraf smartmeter problematikken bliver mere og mere presserende. Vi har foreløbigt nedsat et udvalg bestående af Kim Horsevad, Pernille Schriver, Henrik Eiriksson og Vibeke Frø-kær fra Rådet for Helbredsikker Tele-kommunikation.

En anden vigtig sag er arbejdet for anerkendelsen og information om EHS i sundhedssektoren. EUROPAEM dokumentet der anviser diagnose og behandlingsvejledning, er et af de vigtigste rent internationalt, og vi satser på at foreningen på blodudgivelsens tidspunkt har sendt det ud til de danske lægehuse.

På bestyrelsens vegne ønsker jeg alle medlemmer glædelige vinterhøjtider og på gensyn i 2018.

Velkommen

Vi har desværre måtte tage afsked med bestyrelsesmedlem Rune Bak, der af personlige årsager har måttet trække sig. Vi siger derfor varmt velkommen i bestyrelsen til vores suppleant Henning.



Henning Buerup Jørgensen

Jeg er 62 år, gift og far til 3 børn + 1 bonusbarn, hvoraf det yngste er hjemmeboende hos os i Ubby, Vestsjælland. De seneste 15 år har jeg arbejdet hos Novo i Kalundborg. For 3-4 år siden blev jeg opmærksom på at mine symptomer der primært kommer til udtryk som 2 x tinnitus og smertejag i hovedet, skyldes påvirkning af RF EMF EMR i forskellige styrker. Jeg vil gerne videreforme den viden, som jeg erfarer, læser, ser og hører mig frem til omkring hvordan mikrobølgestråling undgås i hverdagen og om kostens betydning for helbredet. Desuden er der behov for at formidle viden til befolkningen om de danske myndigheders svigt omkring oplysning om de reelle sundhedsrisici vedr. RF EMF EMR.



Henning, 62 år, arbejder hos NOVO i Kalundborg

Kasserer Arne Mogensen, der blev udnævnt ifm. generalforsamlingen i maj, nåede desværre ikke at komme på plads på posten før end han også var nødsaget til at trække sig af personlige årsager.

Vi siger derfor varmt velkommen til vores nye kasserer Heine. (Heine er ikke medlem af bestyrelsen)

NY KASSERER- Heine Bertelsen

Jeg hedder Heine og bor i Silkeborg med min kone, Anna, og jeg er far til tre børn på hhv. 10, 8 og 1 år. Jeg arbejder til daglig i Siemens som økonom. Jeg er selv elektro hypersensitiv og har været medlem af foreningen i to år.

Jeg vil byde ind i EHS foreningen med mine erhvervs erfaringer indenfor økonomi, strategi og ledelse, samt fra mit engagement i frivilligt arbejde i Silkeborg. Jeg glæder mig til at arbejde mere sammen med jer om den vigtige sag, vi sammen kæmper for.



Heine, arbejder hos Siemens som økonom

NY BOG: Mørkelægning af mobilstrålingens konsekvenser

Af Karin Nørgaard

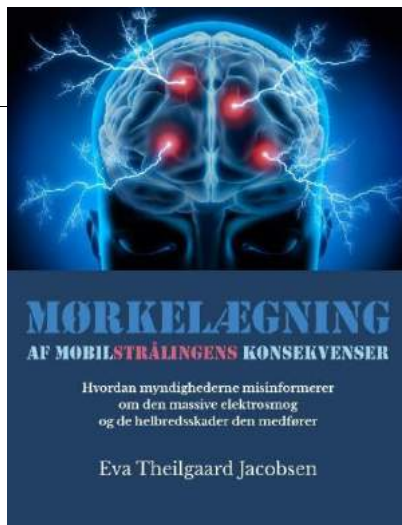
Ny bog af psykolog Eva Theilgaard Jacobsen udkommet 10. august om hvordan myndighederne misinformerer om den massive elektrosmog og de helbredsskader den medfører.

Bogen er et større værk på dansk, som kaster lys over mobilstrålingens skyggesider ved at samle brikkerne i et billede, hvor der dagligt meldes om eksplosiv stigning i mange forskelligartede komplekse symptomer, sygdomme og handicap bl.a. stress, depression, ADHD, EHS, demens samt hjernekræft.

Der er mange bud på, hvad årsagen til denne stigning er, men i Danmark kan ingen tilsyneladende få øje på den kæmpestore elefant i glasbutikken, nemlig den tiltagende trådløse stråling fra mobiltelefoner, mobilmaster, wi-fi, hotspots, etc. Den bestråling, som vi alle bliver udsat for overalt døgnet rundt i stadig stigende intensiteter – nu også snart med 5G!

Men en overvældende mængde international, uafhængig forskning dokumenterer, at elektromagnetiske felter/stråling har mange biologiske skadevirkninger, især hvad angår centralnervesystemets funktion og udvikling. I dag ved de fleste, at både DDT, bly, nikkel og HPV udgør en kræftirisiko, men hvor mange er klar over, at World Health Organisation (WHO) også har klassificeret både magnetfelter, elektriske felter (ekstremt lave frekvenser) og trådløs radiofrekvent stråling som ligeså kræftfremkaldende?

Da Eva Theilgaard Jacobsen er psykolog er hovedfokus på de neurologiske skader



og sygdomme, som ofte inkluderer psykiske og adfærdsmæssige symptomer. Men forfatteren redegør også i tekniske og historiske afsnit for emner som fx radiofrekvent stråling, lavfrekvente elektromagnetiske felter, dirty electricity, og hvordan andre vestlige lande har taget forholdsregler bl.a. sænket grænseværdier for strålingen for at beskytte deres befolkninger, ikke mindst børnene. Disse grænseværdier er unødvendigt høje og skadelige for både mennesker, dyr og planter og i højere grad begrundet i økonomiske, politiske og militære hensyn end de helbredsmæssige hensyn.

Eva Theilgaard Jacobsen retter i denne meget velunderbyggede bog skytset mod de danske myndigheder og anklager dem for ikke at oplyse befolkningen om mobilstrålingen, men tværtimod for bevidst at mørkelægge og misinformere om de konsekvenser, den har for vores helbred. Hun påviser, at vi på grund af bestrålingen nærmer os en epidemi af specielt neurologiske sygdomme - en sand folkesundhedskatastrofe.

Uddrag af bogen:

Konvertering af strålesyge til psykisk sygdom

(s. 204) I dag hvor alle uden undtagelse: fostre, babyer, småbørn, skolebørn, unge, voksne og gamle bliver eksponeret for meget høje intensiteter af radio-/mikrobølgefrekvenser fra trådløse mobiltelefoner, iPhones, tablets, wi-fi, mobilmaster, smartmeters osv. Såvel som for lavfrekvente elektriske felter og magnetfelter fra el-installationer og –udstyr af enhver art, er hyppigheden af den lange række af fysiske, mentale og adfærdsmæssige symptomer som bl.a. karakteriserer EHS [er] eksploderet i befolkningen. For det drejer sig ikke ”kun” om de 180.000 – 340.000 danskere, som WHO anerkender, har EHS, men om langt, langt flere – børn som voksne – herunder en stor del af de stress-ramte, angst-ramte, depressionsramte, ADHD-ramte og demens-ramte danskere, som i dag er neurologisk skadede. Danskerne som nation bliver stadig mere og mere neurologisk syge og fungerer dårligere og dårligere i hverdagen, men de danske myndigheder mørklægger, at eksponering for EMF/EMR er en længe kendt årsag til neurologiske skader. I stedet har de valgt at indgå en uheldig alliance med psykiatrien (og med forsikringssselskaber (Trygfonden) og medicinalindustrien (Lundbeckfonden) som interessenter) for at psykiatrisere og psykofarmamedicinere det stadig stigende antal børn, unge og voksne danskere, som lider af multiple neurologiske fysiske, mentale og adfærdsmæssige symptomer på grund af strålingen. Det kan selvfølgelig kun lade sig gøre, fordi psykiatrien, som professor Peter Gøtzsche påpeger i sin bog ”Dødelig psykiatri og organiseret fornægtelse”,

er uvederhæftig og ikke videnskabeligt funderet. ...

(s. 205) Det er således mægtige kræfter i et sammenrend af industri, psykiatri, IC-NIRP, WHO og nationale sundhedsmyndigheder, som opretholder tabuet og den velbevarede hemmelighed: at eksponering for EMF/EMR er den overvejende årsag til, at hundredtusinder danske børn, unge, voksne og gamle, som har multiple neurologiske fysiske, mentale og adfærdsmæssige symptomer, lider af EHS og andre strålingsrelaterede sygdomme/skader og symptomer. Tværtimod bliver vi alle bildt ind, at alle disse hundredtusinder mennesker er psykisk syge.

Anmeldelse *(oversat fra engelsk. Red.)*

Mange tak for bogen og tillykke med et rigtigt mesterværk! Din tone og håndtering af fakta er blandt de bedste, jeg nogensinde har stødt på; Du rammer præcist, og du gør det med en smuk blanding af følelser, fakta og opfordringer, der ville have gjort enhver stolt af at have skrevet det. Din bog er virkelig og i sandhed fantastisk! Den bragte tårer i mine øjne, ikke så meget for mig og min skæbne, men for alle EMF-ofre, kræft, EHS osv. og deres pårørende. Vi mennesker skal forbedre os selv, og du sætter eksemplet som vi kan stræbe efter.

*Olle Johansson, associate professor
The Experimental Dermatology Unit
Department of Neuroscience
Karolinska Institute*

KØB BOGEN HER

Du kan bestille bogen gennem din lokale boghandler (ISBN-13:9788740940381) eller du kan bestille den online i enten paperback eller som e-bog på forlaget www.saxo.com

Du kan også bestille bogen på dit bibliotek.

Lokalgrupper og netværk



Hvis du ønsker invitation eller informationer om hvad der foregår af lokale initiativer i dit område er der herunder en liste over medlemmer der har meldt sig som kontaktpersoner i deres lokalområde.

Har du lyst til at være kontaktperson i et område, der ikke er nævnt her, kan du melde dig til frivilligkoordinator Lone Klemmensen på frivillig@ehsf.dk eller tlf. 86 30 19 65.

Da vi ikke udleverer navne og adresser på andre medlemmer end de der har tilmeldt sig enten **netværkslisten** (se s. 35) eller en frivilliggruppe, betyder det at du selv personligt skal henvende til din lokale kontaktperson, og tilkendegive at du er interesseret.

ODENSE

Niels Boye, Herluf Trollesvej 151,
5220 Odense Ø, Tlf. 30 27 79 02
boyhvid@webspeed.dk

SYDFYNSSOMRÅDET

Liv Schleimann Jensen, Damgårdsvej 18
5700 Svendborg, Tlf. 40 56 54 06
livschleimann@gmail.com

SØNDERJYLLAND

Jette Marie Poulsen, Skedebjergvej 14
6220 Åbenrå, Tlf. 74 62 61 11
jette Marie2@gmail.com

SJÆLLAND

Frank Jensen, Kongedybet 8,4 th
2300 København S,
frank.j@sol.dk

UNGE I KØBENHAVN

Katja Daugaard
katjadaugaard@yahoo.co.uk

AARHUS

Martin Kaagaard Almdal
Teglværksgade 13, 4 th, 8000 Århus
133nmach@gmail.com

MIDT & VESTJYLLAND

Bente Damhus Jensen, Jernbanegade 24B
6933 Kibæk, Tlf. 60 13 70 92
bentendamhus@gmail.com

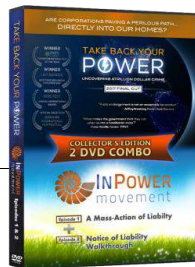
NORDJYLLAND

Tanja Maj Holm, Skipperkrogen 16, Øsløs
7742 Vesløs, Tlf. 97 99 59 99
putkasse@gmail.com

Schweiz gennemfører forsigtighedsprincippet vedr. Wi-Fi og andre Smart Tech enheder

Det Schweiziske Institut for Offentlig Information har i juli 2017 udstedt et notat: "om risikoen for digital teknologi og sundhed, som skal sendes til alle lærere i begyndelsen af skoleåret. Institutet minder os om, at skærme også påvirker søvn og syn og fremmer udviklingen af sygdomme som type 2 diabetes, hjerte-kar-sygdomme og fedme." Notatet nævner kort elektromagnetisk stråling (i forbindelse med kræftisiko og forsigtighedsanbefalinger fra de offentlige sundhedsmyndigheder vedrørende brug af Wi-Fi-WLAN). "Det er vores håb, at dette notat også vil blive sendt til alle læger, især børnelæger."

Kilde: <http://edu.ge.ch/ssj/spip.php?article916>



Teknisk brevkasse

Af Kim Horsevad



Foreningen modtager mange spørgsmål vedr. trådløse fjernaflæste elmålere også kaldet smartmeters.

Smartmeters til fjernaflæsning af el blev i 2013 (Bek. nr 1358) gjort pligtig for alle landets husstande. Bemærk i denne forbindelse, at forpligtigelsen er gennemført i en bekendtgørelse - som kun er ændret administrativt. Sagen har altså ikke været til debat i Folketinget - og den til enhver tid siddende minister kan enkelt ændre kravet. Bemærk endvidere at bekendtgørelsen kun gælder fjernaflæsning af el. Bekendtgørelsen rummer kun bestemmelse om fjernaflæsning. Den specificerer ikke specifikke tekniske løsninger for fjernaflæsningen. Bekendtgørelsen rummer således intet krav om at aflæsningen skal ske trådløst. Smartmeters til vand, varme, gas, etc. er ikke nævnt.

Projektgruppe på tværs

På grund af de mulige skadevirkninger forbundet med trådløst fjernaflæste smartmeters er EHS Foreningen - sammen med Rådet for Helbredssikker Telekommunikation - i gang med forskellige projekter. Der har eksempelvis været afholdt dialogmøder med Dansk Energi, som er forsyningsselskabernes brancheorganisation. Samtidigt undersøges muligheden for at udvikle en dansk model baseret på Josh de Sol's InPower Movement, hvor man gennem forskellige juridiske dokumenter ("Notice of Liability")

gør de beslutningsansvarlige for el-distributionselskaberne personligt juridisk/økonomisk ansvarlige for eventuelle skader. Proceduren har indtil videre virket i hvert eneste anvendte tilfælde - i USA.

Juridiske forhold i Danmark

Pt. er det ikke gennemanalyseret, hvorvidt den konkrete strategi kan anvendes i Danmark; men bortfald af personligt juridisk/økonomisk ansvar i bestyrelsesansvarsloven omfatter (som jeg har fået det oplyst) kun handlinger foretaget i "god tro". En af vejene frem er således at undersøge, hvorvidt de enkelte bestyrelsesmedlemmer i et forsyningsselskab, når de er blevet informeret om mulige skadevirkninger, kan holdes personligt ansvarlige. Men vi mangler ressourcer.

Projektgruppen søger derfor personer, som vil være med til at gøre en forskel. Gerne personer med indsigt i kampagnestrategi, PR og juridiske spidsfindigheder!

HENVENDELSE TIL: Pernille Schriver,
T. 6467 0106, schriver.ehs@gmail.com



Se mere om Josh de Sol's meget vellykkede strategi på <https://inpowermovement.com/>



Jeg får meget tit forespørgsler vedr. den kommende 5G teknologi. Det har hidtil ikke været muligt at svare ret konkret, for selve teknologien bag 5G er endnu ikke fastlagt.

Verdens mobilsekskaber samarbejder i en standardiseringsorganisation. Denne organisation har ansvaret for at udarbejde de endelige specifikationer for 5G. På nuværende tidspunkt er man ikke engang nået til en samlet kladde for specifikationerne, så en meget stor del af den omtalte, 5G får i medierne, er blot marketinghype. 5G vil nemlig kræve særdeles store investeringer fra mobilsekskaberne - de er derfor nødt til at lave en stor mediepåvirkning så folk almindeligvis tror, at 5G bliver en kæmpe revolution, og at man simpelthen er "nødt" til at skaffe sig 5G enheder. For at en sådan påvirkningsstrategi er vellykket, skal den være langsigtet - derfor starter man således adskillige år, inden 5G faktisk er udviklet.

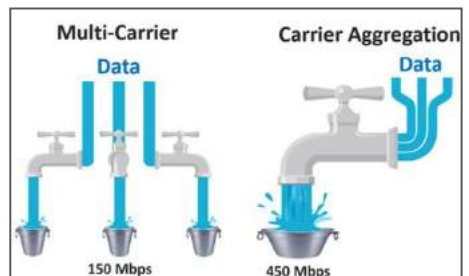
Der er dog sket den udvikling, at Erhvervsstyrelsen (som har ansvaret for den danske frekvensplan) har fremkommet med et udspil vedr. fremtidig frekvensanvendelse. Her planlægger man, at der frigives frekvensspektrum i den meget høje ende (40-60GHz) af mikrobølge-spektrummet til 5G.

Dette er særdeles interessant af flere grunde. Frekvenser i den høje ende af spektrummet udbreder sig nærmest kun i lige linjer, så har man ikke direkte sigtelinje til antennen, vil ens eksponering være drastisk mindre end for nuværende teknologier.

Dernæst arbejder mobilsekskaberne med to teknologier kaldet "carrier aggregation" og "offloading". I den stadig stige konkurrence om at kunne overføre mest mulig data på kortest tid, er man efterhånden kommet til et niveau, hvor man ikke kan presse mere ydelse ud af de frekvenser, der allerede anvendes. Man forestiller sig derfor, at en større del af dataoverførslen skal foregå via lokale (WiFi-lignende) installationer, hvilket er det, der betegnes som "Offloading". Samtidigt afprøver man teknologier, hvor man samtidigt kan overføre data over flere forskellige transmissionsformer (som eksempelvis WiFi, 3G, 4G, 5G). Dette kaldes "Carrier Aggregation".

Afskærmning og sikkerhedsafstande

Desto højere bølgelængden bliver, desto mere opfører mikrobølgerne sig som lys. I det øjeblik man eksempelvis arbejder med den nye WiFi standard (WiGig or 802.11ad), som også benytter sig af 60GHz ISM-båndet, vil rækkevidden kun være begrænset til nogle få meter. En 802.11ad enhed installeret i nabohuset



Flere og flere smartphones begynder at understøtte såkaldt carrier aggregation, der bruges til at maksimere datahastighederne på teleselskabernes LTE-netværk. (Kilde: Computerworld)



Ekspllosionen af datatrafik på mobilnettet har skabt behov for aflastningsmetoder.

Offloading reducerer mængden af data, der transmitteres via mobilnettet ved at integrere 3G, 4G og Wi-Fi alle i én tjeneste, hvor enhederne intelligent og dynamisk vælger det bedste tilgængelige netværk.

vil derfor ikke umiddelbart kunne genere. (ISM betyder "Industrial, Scientific and Medical" - og er licensfrie frekvensbånd der umiddelbart kan anvendes uden tilladelse.)

Alle almindeligt forekommende skærmningsmaterialer vil derfor også have god effekt på frekvenser i dette område - dog vil netbaserede materialer ikke være lige så effektive som upeforerede materialer. Skærmningsstof vil fortsat give god beskyttelse - men det vil være nødvendigt at udvikle mere specifik beskyttelse/skærmning til ansigt og øjne.

Gennemtrængningsdybde

Når man kender nogle grunddata for et givet materiale, kan man beregne, hvor dybt et elektromagnetisk felt er i stand til at gennemtrænge materialet. Denne beregning gælder også for menneskeligt væv - og det meget interessante i forhold til frekvenser mellem 40 og 60GHz-båndet er, at gennemtrængningsdybden i menneskeligt væv er begrænset til en eller to millimeter.

Det betyder, at al påvirkningen fra mikrobølgen bliver samlet i huden (eller -

hvis man kigger mod antennen - øjnene). Det er forventeligt, at der blot med nogle års forsinkelse, efter at standarden bliver alment udbredt, vil forekomme en eksplosiv vækst i hudsygdomme og øjensygdomme.

Måleapparater

Ingen af de nuværende måleapparater til brug for EHS-ramte kan registrere de frekvensområder, der planlægges udnyttet til 5G. Jeg er pt. i gang med at undersøge muligheder.

Båndbredden

Båndbredden - altså bredden af det signal, der sendes - bliver drastisk forøget i fremtidens trådløse teknologi, uanset i øvrigt om der er tale om WiFi-lignende løsninger eller 5G. Selve forøgelsen af båndbredden har formentlig større indflydelse på signalets biologiske påvirkningspotentiale end signalets målte intensitet. Med en forventet eksponentiel stigning i mængden af overført data, er det således også realistisk, at forvente en tilsvarende eksponentiel stigning i antallet af EHS-ramte. Vores opgave som forening bliver at gøre syge mennesker opmærksomme på den reelle årsag til deres sygdom.



EHS-ramt og hvad så?

Mit første halve år i EHS Foreningen



Af Nelly B. Thomsen

Jeg har måttet sætte mig ind i en masse nye ting og foretage forskellige valg og fravalg, efter jeg fandt ud af, at jeg bliver syg af stråler. For det første stod det hurtigt klart, at jeg ikke kunne blive boende i min ejerlejlighed. Jeg har tidligere boet tæt på Nissum Fjord. Derfor flyttede jeg dertil, på et værelse med eget toilet og bad, hos en af mine venner. Med tiden har jeg indtaget mere og mere af lejligheden i takt med, at jeg har fået flyttet flere og flere ting ud af min lejlighed. Her bor jeg helt strålefrit – og også strålefrit i nærområdet. Jeg har planer om at blive boende i et par år. Da det er langt ude på landet, kan jeg ikke få en ordentlig bredbåndsforbindelse. Cirka en gang om ugen er jeg på nettet hos en anden af mine gamle venner her i området. Jeg har fået tilsagn fra kommunen om, at jeg kan blive fritaget for digital post. Dette kræver dog fremmøde på Borgerservice, som ligger i ”Stråleland”.

Mine erfaringer

Nogle af de erfaringer, jeg har gjort mig, er, at det er dejligt at have to sæt beskyttende tøj til forskellig brug. Det koster godt nok mange penge, men for mig er de givet godt ud, og jeg bruger p.t. ikke penge på udlandsrejser. Wear-tøjet får min bedste anbefaling. Det er også den billigste løsning, hvis man ikke vasker det i utide, for så mister det virkningen. Det skulle nok have været mit første og eneste valg af ”stråletøj”.

Jeg har fået masser af rådgivning af Inge Livvå og Vagn Larsen. Efterhånden som

jeg har fået mere overskud, er jeg også begyndt at have lidt telefonisk kontakt med andre EHS-ramte. Det er guld værd, for alle har noget forskelligt at bidrage med. Én nævnte, det er uvurderligt at have et hovednet. Formanden kom med masser af kostråd.

Alle er enige om, at det er bedst for mig af leve helt strålefrit på nuværende tidspunkt. Alternativt er beskyttende tøj måske næstbedst? For jeg holder på, det er vigtigt med livskvaliteten, og jeg arbejder på at undgå at blive for isoleret. Inden jeg sætter mig ind i min bil, tager jeg noget af mit beskyttende tøj på, for der kommer stråler alle vegne fra. Vindmøller, store landbrug, industribygninger, folks huse, nogle køretøjer, signaler ved togskinner og mobilmaster. Når jeg kører østpå for at besøge min familie, har jeg målt stråler på to forskellige ruter. Det er absolut at foretrække at benytte mest mulig motorvej, da mange af ovennævnte ting ikke findes i nærheden af dem.

Jeg har valgt at få købmandsvarer bragt ud fra den lokale købmand, og jeg har fået oprettet et kundekort til betaling. Jeg er blevet hjemmeklippet et par gange, men arbejder på at komme i min frisørs salon før åbningstid, hvor hun ikke har tilsluttet al elektronik. Jeg har målt, hvor det er bedst egnet for mig at sidde hos frisøren: nemlig foran et spejl inde i hendes egen entré, der ligger i tilknytning til salonen.

Et par gange om ugen kører jeg tidligt om morgenen ud og bader med nogle andre i

havet ved Høfde Q i Fjaltring. Der er ingen stråler ved stranden eller på p-pladsen, hvis jeg holder mig fra de andre køretøjer (især autocampere). Jeg går nogle lange ture i nærområdet og inviterer indimellem andre med på tur.

Jeg er begyndt at ride på min udlejers hest og har også fået trin 1 af begynderkurset (som jeg kalder det) som kusk, hvor jeg kører med en lille vogn spændt bagefter. Jeg er ved at blive lært op, så jeg kan give mine børnebørn en tur, når familien kommer på ferie.

Jeg har en klar fornemmelse af, at især havbadning og de lange vandreture ved fjorden er befordrende for at rense strålerne ud af min krop. Havbadene sætter dog en udrensning i gang, således jeg endnu kun kan klare at bade to gange om ugen. Desuden går jeg meget op i at spise og leve sundt. Jeg er blevet inspireret af Anthony Williams bog "Den medicinske seers kostguide" samt "Gaven i maven" af Gina Asbjerg. Mest virkningsfuldt er dog et dagligt 10 minutters ansigtsmassageprogram med aktivering af 15 forskellige punkter fra bogen "Zoneterapi" af Joseph Corvo.

Indimellem kommer der overraskelser

F.eks. da min computer pludselig begyndte at sende stråler ud. Jeg fik teknisk support. Her fik jeg at vide, at en opdatering kunne slå Wi-Fi til igen. Ja, så måtte jeg lige gå Wi-Fi og Bluetooth efter, og det løste sig let.

Hvad har jeg ellers gjort?

Fået målt stråler i min fraflyttede lejlighed, så jeg har fået en indsigt i forhold til valg af en fremtidig bolig.

Købt en gammel bil efter at have levet uden bil i 5 år. Suzuki Wagon R, 1,3 år-

gang 2000.

Købt to kabler til min computer på 7½ m. og 30 m. og slået Wi-Fi og Bluetooth fra. Fået gang i min gamle Nokia til SMS'er, da det var køb og brug af en iPhone, der udløste EHS-symptomer.

Købt beskyttende tøj – gråt joggingtøj indeholdende 20 % sølv.

Fået syet et sæt tøj – skjorte, bukser og hætte af stoffet Wear fra YSHIELD.

Købt en sovepose i beskyttende stof fra YSHIELD samt et hovednet fra EMFields.

Købt et Acoustimeter, og jeg går vældigt op i at måle stråler overalt, hvor jeg færdes.

Heldigvis møder jeg stor opbakning hos familie, venner og andre, som gerne slukker ned for deres telefoner og routere.

Men det kan være vanskeligt at komme på besøg, da der er mange stråler flere steder på trods af deres tiltag.

Hos min søn og svigerdatter er jeg henvist til kælderområdet og et område i haven. Det er en meget stor udfordring at være EHS-ramt i dagens Danmark, men jeg prøver efter bedste evne at finde muligheder i stedet for begrænsninger. Indimellem har mine valg deres pris. Men jeg lærer af det og bliver forhåbentligt klogere til næste gang.

Stor TAK til dig kære Inge Liivå for hjælp og rådgivning og også til alle jer andre.

Status et par måneder senere

Når jeg har været i "Stråleland", renser jeg hurtigere ud. Jeg har fundet forskellige teknikker, der virker befordrende på udrensningen. Jeg føler mig mere rask, og nogle tidligere skavanker er aftaget.

Omsider fandt jeg en egnet bredbåndsløsning. Et mobilt bredbånd (router).

Med slukket Wi-Fi, forlængerledning og mit lange kabel, er det en o.k. løsning.

Antiinflammatorisk og syre-basekost til EHS ramte

Af Berith Zenia Fagergaard

Køkkenleder, kostvejleder, biopat og phytoterapeut



For bevarelse af et sundt og stærkt helbred som er selvregulerende samt at være i balance – fysisk såvel som mentalt, kræves det at vi dagligt indtager levende føde og væsker der er genkendelige for kroppens egen biokemi. Det nærer og opbygger alle celler i vores organisme, sideløbende med motion, hvile, frisk luft, søvn og nære gode relationer.

Det styrker og støtter kroppens immunforsvar, hormon- og nervesystem, så vi bliver modstandsdygtige over for tidens krav og ikke bukker under for inflammationer, infektioner, stress samt udbrændthed, der ved permanente tilstande kan videreudvikle sygdomme.

Det kan være svært hvis man som el-overfølsom, kontinuerligt udsættes for massive elektromagnetiske belastninger, som er en kraftig vedvarende biologisk stressfaktor i sig selv, samtidig med at møde den manglende forståelse fra omgivelsernes side, der kan udløse psykisk stress. Flere og flere bliver syge af radiofrekvent stråling, hvilket skal behandles som et alvorligt samfundsproblem. Selvom vi ikke kan spise os til et optimalt helbred, efter skader forårsaget af de konstante trådløse omgivelser, kan vi gennem kosten støtte kroppen så godt vi kan indefra.

Det der sker i kroppen ved inflammation

Ordet inflammation kommer af det latinske inflammatio, som kan oversættes til "at sætte i brand". Medicinsk betyder in-

flammation betændelse og er kroppens reaktion på infektioner eller skader på væv som muskler, sener eller ledbånd. Ved antiinflammations- og syre-basekost, forstås det i overført betydning "kost der slukker branden" for endvidere at "genoprette kroppens PH balance".

Inflammation er kroppens naturlige forsvaret der kommer til undsætning ved slag, stød, radioaktiv bestråling, for mangel på sol, ætsende syre og baser, toksiner, mikrobeangreb, allergiske reaktioner medicin, dårlige opvarmede hærdede fedtsyre, samt mange antibiotiske kure uden genoprettelse af tarmsystemet.

Immunforsvaret aktiveres straks, ved at sende en hær af hvide blodlegemer af sted, for at afstøde og reparere det skadede område. Der sker en oxidering som er en naturlig proces i kroppens stofskifte, som kendetegnes som de frie radikaler, der også er fremherskende ved inflammation.

Der opstår hævelse ved området, hvor man typisk bliver rød, føler varme og smerte. Det er her antioxidanters fornemmeste opgave at beskytte kroppen mod denne oxidering, da de frie radikaler ellers ødelægger cellernes fedtstoffer og DNA.

Ved kroniske tilstande, kan det udvikle sig til f.eks. seneskedehindebetændelse, led- og muskelsmerter mv. som er tydelige tegn på at kroppen kører på vedvarende tomgang og undertrykker kroppens forsvar.

Inflammation kan også dannes i hjernen,

og give anledning til f.eks. alzheimers og demens. Dårlig tandhygiejne samt betændelse i tandkødet, indvirker også til inflammation i kroppen. Manglende søvn kan også højne stressniveauet og få kroppen over i en mere sur retning.

I de senere år har man haft fokus på både tarmen og hjernens sammenspil, som også har en overordnet vigtig funktion for kroppens balance.

Oversyring /inflammation i kroppen

Ved stresstilstande dannes der mere sukker og syre i kroppen, hvilket kan give grobund for en forskydning af syre-base i kroppen og derved danne inflammation. Hvis kroppen bliver for sur, må vores organer kompensere ved at afgive sine basiske mineraler for at genoprette balancen igen. Det påvirker vores nervesystem, immunforsvar, hormonsystem og ikke mindst vores knogler, organer og bindevæv, der kommer i underskud af de vigtige basiske mineraler som: Calcium, magnesium, kalium og natrium samt mangan, så der sker en oversyring af f.eks. svovl og fosfor, men også tungmetaller og andre affaldsstoffer kan ophobe sig i kroppen.

Kroppens mineraler flyder i stedet ud i blodet, hormonsystemet aktiverer stresshormoner adrenalin og binyrebarkhormonet cortisol, udløser behovet for sukker til bl.a. hjernen, nervesystemet og musklerne. Det kan indvirke til tab af vitaminer og mineraler der har indflydelse på regulering af sukker. Blodsukkeret øges i blodet, der forsøges forbrændt ude i musklerne. Bugspytkirtlen vil danne mere insulin end hvad godt er, og vil få det overskydende sukker omdannet i leveren til dannelse af glykogen, som er et fedtdepot, et slags lager til "dårlige tider".

Ved konstant blodsukker i blodet, kan leveren ikke administrere både sukker og fedt i blodet, der derved omdannes til triglycerider der sætter "bål og brand" i gang. For højt og konstant insulin i blodet kan udvikle insulinresistens, kendt som blodsukkerproblemer.

Når mineralerne flyder frit ud i blodet, i stedet for at blive inde i f.eks. knoglerne, kan der ske en oversyring og mangel af andre vigtige næringskilder som spormineraler og vitaminer, der kan belaste vores nyrer, samt øge risikoen for forkalkning af hjerte og blodkar, øge risiko for knogleskørhed, nedsætte immunforsvaret, overbelaste nervesystemet, der bliver langt mere flosset og indvirker på vores mentale tilstand. Hjernens kognitive funktioner nedsættes, koncentrationen og energiniveauet ligeså.

Oversyring ophober endvidere affaldsstoffer i vores bindevæv, som sætter sig som stivhed i muskler og led, (infiltrationer). Symptomer kan opstå som: sur mave/opstød, fordøjelses- og søvnproblemer, træthed, ømme muskler og led, (muskelspændinger) hovedpine, vægtproblemer, humør svingninger, indre uro, nedsat immunforsvar, stofskifteproblemer, blodsukkerubalancer mv.

Har vi en permanent tilstand af lavere PH værdi, har vi større risiko for at udvikle livsstilssygdomme, fordi vi indefra bliver svækkede og mindre modstandsdygtige. Som rettesnor skal kroppen helst være mere basisk end sur (70% base, 30% syre), samt fodres med levende fremmede næringskilder der støtter og styrker kroppens sammenspil og stofskifte. Her kan der være gode råd at hente, ved en kombination mellem antiinflammations- og syre-basekost.

Syre-base balance kontra inflammation

Man kan gøre meget selv via den naturlige vej ved at dæmpe inflammation gennem kosten, samt mindske smerte og forbedre funktionsniveauet gennem antiinflammations- og syre-basekost.

Syre-basekost har været meget velkendt og brugt med succes i alternative kredse i årtier til at aflaste en krop der har dannet for meget syre. Typisk udelukkes eller mindskes kød, og fødeemnerne baseres mere i den vegetabiliske retning.

Vi består af millioner af celler i kroppen som er afhængige af kroppens PH værdi. PH værdien har en betydning for alle kroppens organer der har en vis "buffer-

zone". Vores blod skal eksempelvis altid ligge på PH-værdi 7,4, mens leverens PH værdi skal ligge mellem 5 og 6, og vores mavesæk ligger blot på 2-5.

Ved antiinflammatorisk kost lænes der meget op af syre-base tankegang, men der foretages også en kraftig regulering og genoprettelse mellem omega 3 (7 og 9) og omega 6 fedtsyrer.

Fælles udelukkes kost som hvidt raffineret sukker, HFCS (High fructose corn siup) stivelse, salt, gluten, mælkeprodukter og ikke mindst opvarmede industrielt forarbejdet fedtsyrer – som virker som dårlig kemi og "plastik mad" i vores krop.

Grundregler ved antiinflammatorisk og syre-basekost

Grøntsager, frugt og (vilde) bær

Gerne biodynamiske og økologiske.

Spis min. 600-1000 gr. hver dag gerne i så mange farver som muligt. Frugt der er høstet moden er mest basiske og udrensende for kroppen.

Kålsorter gerne broccoli er særlig rige på stoffer som sætter gang i kroppens eget forsvarssystem.

Mørke bær anbefales, men havtorn, er inflammationshæmmende og næringsrige.

Syrlige frugter som f.eks. citron virker basisk i kroppen. Indtag gerne et stor glas vand med presset citron på tom mave. Det virker som et indre brusebad, og er rensende for kroppen. Ligeså med æbleeddike.

UNDGÅ eller spis mindre friturestegt pommes frites, majs og kartofler.

Spirer: Mung, lucerne, bønne, broccoli, quinoa, radise, spelt, mv.

Urter: Mælkebøtte, brændenælde, skvalderkål,



røllike, citronmelisse, mynte, anis, fennikel the, basethe er antiinflammatoriske og gør kroppen mere basisk. Rosmarin og Gingko biloba beskytter mod oxidativ stress i kroppen som f.eks. ved stråling. Det gør tang, alger, spirulina, chlorella, byggræs og hvedegræs også.

Krydderier: Særligt gode ved inflammation er hvidløg, løg, cayenne, ingefær, gurkemeje, chilipeber, karry, koriander, spidskommen.

Probiotika og præbiotika: Mælkesyrebakterier og FOS (Fructooligosaccharider) fra f.eks. jordskokker, surkål, Vitabiosa. Fordøjelsesenzymer som bromalin (ananas) og papaya, enzymer til at fremme nedbrydning og optagelsesprocesser i kroppen.

Fisk: Allerhelst økologisk fisk, da mange fisk desværre er tungmetal belastede. Små fede fisk er bedre end de store. Opdrættet fisk er de værste.

Olier og fedtstoffer: Altid koldpresset og økologiske olier (overvejende omega 3 eller monoumættede fedtsyre). Kokosolie, smør og Ghee tåler forsigtigt opvarmning. Kæmpenatylolie, mandelolie, hasselnøddeolie tåler ingen opvarmning.

Monoumættede fedtsyrer findes bl.a. i nødder (mandler, hasselnødder, cashewnødder, pecannødder og macadamianødder), hørfrø, hampeolie, chiafrø, olie (oliven- og rapsolie), oliven og avocado. Stabiliserer blodsukkeret, forbedrer insulinfølsomhed og reducere taljemeålet. Nødder spises gerne hver dag, Hold dog lidt igen med solsikke, pinjekerner og græskar-kerner i for store mængder pga. omega 6 fedtsyre.

UNDGÅ: Margarine, solsikkeolie, vindrukerneolie, bomuldsolie, palmeolie og hvedekimolie pga. for meget omega 6.

Bønner og bælgfrugter

Er lettere inflammations frem-mende, så gør brug af krydderier grøntsager og urter, samt gode olier for at kompensere.

Kød og Fjerkræ

Spis helst fritgående økologiske/biodynamiske græs ædende, voksne dyr. Indvolde er ekstremt inflammations fremmende. Spises derfor i små mængder. Tilsæt gerne krydderier, urter og grøntsager for at kompensere.

Vær opmærksom på konventionelt opdrættede dyr indeholder medicinrester, pesticider, GMO foder, antibiotika i kødet. Desuden findes der mange forarbejdede fødevarer der tilsættes en masse tilsætningsstoffer, som f.eks. nitrit, MSG, aspartam og underlige E-numre, en kemisk bombe, som ikke har nogen gavnlige funktion, men som i allerhøjeste grad kan virke inflammatorisk og syreholdig i kroppen.

Bone broth fra økologiske fritgående dyr samt grøntsager og krydderurter

Kendes også som bouillon eller fond, der er langtidskogte brusk, ben, knogler, sener og hud

fra dyr. Indeholder en del vitaminer, mineraler, fedtsyrer og aminosyrer som f.eks. opbygger slimhinde, hud, knogler, nervesystemet, tarmene mv. og booster kroppen til at optage næringsstoffer optimalt. Er særdeles anbefalelsesværdig ved generel svækkelse i kroppen.

UNDGÅ: MSG (Mononatriumglutamat) også kaldet det tredje krydderi med E numre som E 620, E635, der både er gift, danner syre og inflammation i kroppen.

Korn og gryn:

Råris, byg, quinoa, boghvede. Kog gerne dine ris eller andet med krydderurter Undgå hvide ris, pasta, glutenholdigt mel.



Mejeriprodukter: Mælkeprodukter undgås generelt. Dog kan økologiske syrne-mælkeprodukter som f.eks. A38 der indeholder mælkesyrebakterier i form af acidophilus-kulturer for nogen være i orden. Nogle tåler også mindre mængder af skyr, kvark mv.

Drikkevarer: Bone broth (både vegetabilsk og fra ko og høne), smoothies, juices både frugt og grønt (Pas på for meget fruktose) spirulina, chlorella, bygggræs mv, gulerodsjuce, tomatjuice, sort, hvid eller grøn the, urtethe, rensset vand, citronvand.

UNDGÅ koncentreret saft, cola-drikke og ikke mindst de kunstige sødemidler som aspartam, der har en del uheldige bivirkninger på kroppens sundhedstilstand.

Mineraler: Calcium / magnesium, natrium og kalium er mineraler der er basiske og særdeles vigtige for at genoprettelse af kroppens balance. Magnesium fremhæves her specielt til EHS ramte, der endvidere styrker vores nervesystem.

Referencer: Pernille Lund. Immunforsvarets nye ABC (2012). Sanna Ehdin Anandala. Sund og rask med anti-inflammatorisk kost. (2016) Sanna Ehdin Anandala. Det nye selvhelbredende menneske (2015)

Fjernaflæst elmåler = Smartmeter installeres inden 2020

Af Pernille Schriver



Problematikken omkring de fjernaflæste elmålere (Smartmeter) kommer stille snigende ind i alle danske hjem i disse år, da Bekendtgørelse 1358 dikterer, at fjernaflæste elmålere skal installeres i hele landet inden år 2020.

Jeg har været i kontakt med rigtig mange af vore medlemmer, som har stået overfor at skulle have installeret en fjernaflæst elmåler, som i de fleste tilfælde af de lokale elselskaber er en trådløs fjernaflæst elmåler. At elselskaberne vælger en trådløs fjernaflæst elmåler, er elselskaberens valg. Det står IKKE nedskrevet i bekendtgørelsen.

Kommunikationen mellem elselskaberne og vore medlemmer i foreningen har været meget forskellige, når medlemmer har gjort elselskaberne opmærksomme på, at medlemmerne ikke ønsker en trådløs fjernaflæst elmåler installeret. Nogle elselskaber har håndteret situationen ved at aftale med vore medlemmer, at de kan beholde deres gamle analoge måler og blot aflæse måleret en gang per måned og derefter indsende eller ringe måleret ind. Andre selskaber har været mindre imødekommende og forlangt, at vore medlemmer skal have installeret en trådløs måler, hvor selskaberne tilbyder en løsning, hvor en antenne installeres på taget eller i skel, således at det såkaldte Smartmeter er kablet inde i huset, men hvor den trådløse dataforsendelse foregår udenfor huset via en antenne. Ekstra omkostninger har ligget mellem 5000 og

20.000 kr. Disse ekstra omkostninger er det blevet pålagt vore medlemmer selv at betale.

Jeg kan kun på det kraftigste anbefale, at vi alle holder fast i, at vi ikke ønsker en trådløs fjernaflæst elmåler. Heller ikke med antenne installeret på tag eller i skel. Ingen kan med sikkerhed sige hvor meget eller hvor lidt en trådløs måler kommer til at stråle. Selvom dit elselskab fortæller dig, at måleren kun sender 4 gange per time, og at det er via et meget svagt signal, så er faktum, at det kan elselskabet ikke engang vide med sikkerhed. Årsagen hertil er, at trådløse målere kommunikerer sammen internt indenfor et lokalt nærområde. Internt "aftaler" målerne, hvilken af målerne i det lokale nærområde, som skal være hovedafsender til elselskabets modtager system, og derved kan en måler i én beboelse ende med at sende data videre fra mange andre målere, og derved bliver strålingsniveauet væsentligt højere for den ene måler end for f.eks. naboens. Ligeledes er det ikke ønskeligt at have en antenne på taget eller i skel, da man derved blot udsætter andre for stråling, og måske ikke længere kan opholde sig udenfor i haven, hvor strålingen muligvis vil være forhøjet.

Her kan du se hele bekendtgørelse 1358:
<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=160434>

Hvad kan du selv gøre?

- 1** Stil krav til at dit lokale elselskab installerer en kablet løsning og ikke en løsning med antenner på taget eller i skel eller andre steder.
- 2** Henvis til Bekendtgørelse 1358, som udelukkende anviser, at måleren skal være en fjernaflæst elmåler. Der står intet om trådløs fjernaflæst elmåler.
- 3** Henvis til de svar som Lars Chr. Lilleholt og Rasmus Helveg Petersen har givet i deres positioner som Energiministre. *(se deres svar i denne artikel)*
- 4** Skriv på forhånd et brev, hvor du formulerer dit ønske om dispensation til dit lokale elselskab, hvis din måler ikke er udskiftet endnu.
- 5** Hvis du i dit hjem allerede har en trådløs fjernaflæst måler, kan du kontakte dit elselskab og forklare dem din situation og forlange en kablet løsning eller en geninstallering af den gamle analoge måler.
- 6** Hvis elselskabet ikke er samarbejdsvillig og situationen ender med en udtalelse fra elselskabet om, at de vil være nødsaget til at slukke for strømmen, skal du huske, at en sådan varsling skal gives skriftligt 3 mdr. før den aktuelle dato, hvor der slukkes. Det skal dog siges, at en jurist i Energiministeriet overfor mig har udtalt, at han ikke mener, at elselskaberne har lov hjemmel til at slukke for strømmen pga. nægtelse af smartmeteropsætning. I tilfælde af at sagen når til dette punkt, kan du skrive og ringe til elselskabet og meddele, at du vil gå til medierne med sagen. Min erfaring med den kommentar er, at så slukkes der ikke for strømmen.
- 7** Kontakt Energi-, Forsynings- og Klimaminister Lars Christian Lilleholt og hans ministerium: efkm@efkm.dk eller tlf. 33 92 28 00
- 8** Kontakt Energi-, Forsynings- og Klimaudvalget, hvor repræsentanter fra alle partier i Folketinget er repræsenteret
<http://www.ft.dk/da/udvalg/udvalgene/efk/medlemsoversigt>
- 9** Kontakt Energistyrelsen: ens@ens.dk eller tlf. 33 92 67 00
- 10** Kontakt Ankenævnet på Energiområdet: post@energianke.dk eller tlf. 41 71 53 01

Svar fra to forskellige Energiministre – gode at bruge i argumentation

I et brev til Kirsten Sæderup, Give d. 7. juli 2017 vedr. fritagelse fra fjernaflæste målere har den nuværende Energi- Forsynings- og Klimaminister Lars Chr. Lilleholt skrevet: "Som det fremgår i det tidligere ministersvar fra den forhenværende minister til Folketingets Sundheds- og Forebyggelsesudvalg, eksisterer der imidlertid flere mulige tekniske løsninger for fjernaflæste målere, som ikke er trådløse. Netvirksomheden har mulighed for at tilbyde forbrugere en alternativ løsning omkring opsætning af en fjernaflæst måler, men er ifølge lovgivningen ikke pålagt at dække omkostninger, der måtte være forbundet ved en individuel løsning"

Ligeledes har tidligere Energiminister Rasmus Helveg Petersen d. 11. juni 2014 svaret på spørgsmål 832 fra EHS Foreningen vedr. opsætning af smart meters: "Da der findes flere mulige tekniske løsninger for dataoverførslen, bør det være muligt i konkrete tilfælde at finde en teknologi, der ikke belaster forbrugere med EHS-overfølsomhed".

Hvad sker der i andre lande og i Danmark?

I Norge kan forbrugere anvise en lægeerklæring, hvorpå der står, at forbrugeren ikke kan tåle EMF/RF fra smartmeter og derved opnå fritagelse for opsætning af trådløs smartmeter.

I England skal forbrugeren blot meddele, om de vil have installeret et smartmeter eller ej. Der er ingen krav om dokumentation for helbredseffekter fra EMF/RF. I Australien har der været demonstrationer og borgere har aflåst deres analoge målere, således at energiselskaberne ikke

kan komme direkte til måleren uden ejersens velvilje. Ligeledes har borgere opsat en seddel på deres måler i stil med denne.



I USA og Canada ses ligeledes massiv modstand. Søg på nettet og brug søgeordet "stopsmartmeter" og du kan finde modstand imod fjernaflæste målere i rigtig mange lande.

Se denne informative video med Dr. Dietrich Klinghardt, som beskriver helbreds-konsekvenserne generelt i forhold til EMF/RF og specifikt vedr. smartmeter problematikken. Han nævner, hvordan tyskere griber til selvtægt, når der ikke er andre muligheder.

<http://stopsmartmeters.org.uk/dr-dietrich-klinghardt-smart-meters-emr-the-health-crisis-of-our-time/>

I Danmark har Rådet for Helbredssikker Telekommunikation og EHS Foreningen for flere år siden udarbejdet en informativ hjemmeside:

<http://www.stopsmartmeter.dk/>

Ligeledes har Rådet og EHS Foreningen været til møde i august 2017 med Dansk Energi, som er brancheorganisationen bag alle elselskaber i landet. På dette møde fremlagde vi problematikken vedr. sundhedsrisikoen fra EMF/RF teknikken og vore medlemmers bekymringer. Dansk Energi er bevidst om problematikken, men argumenterer for, at de er pålagt at udføre dette arbejde via bekendtgørelse 1358, og at der er mulighed for at sætte en antenne op udenfor beboelsen.

Riv ud og hæng op ved din måler

ADVARSEL til Smartmeter installatør



Opsæt IKKE Smartmeter her

Jeg tillader ikke installation af Smartmeter på denne adresse:

(anfør adresse og navn på ejer af ejendommen)

(dato og underskrift)

(Bemærk at dette skilt er blevet fotograferet på opsætningsstedet)

Om at blive miljøflygtning

Af Ditte Bojlén

Mange går med tanker om at bosætte sig på steder med mindre stråling i andre lande. I de sidste 2-3 år har jeg fundet frem til folk af andre nationaliteter og udvekslet så meget information som muligt.

Netop for os er dette særligt vanskeligt og hvis man endelig finder forsøg på at samkøre kendskab til egnede steder, er det sjældent på opdaterede web-sites. Selv er jeg sammen med min mand ved at undersøge forholdene i Portugal efter 3 år i vores sommerhus. Det lå naturskønt i et fredet område og langt fra alfarvej, men alligevel har jeg følt mig mere og mere trængt. Først kom der en smartmåler på brønden. Den blev skiftet tilbage til en analog med besked om, at vandværket ikke kunne gøre andet end at sætte os bagest i køen – planen var, at samtlige målere skulle være digitale indenfor 4 år. Ved siden af os lå et lille stykke skov, hvis byggedispensations for længst var udløbet. Fredningsnævnets afgørelse blev imidlertid anket hos Miljøankenævnet, tilladelsen givet og jorden solgt, hvorefter køberen gik i gang med at støbe fundament. I dag foregår den slags ikke med snor, men med en blinkende laser som højdemåler. Når det stod på, flygtede jeg, men efterhånden kendte jeg kun én ven, der ikke havde en smartmåler på enten el- eller vand eller begge dele. Selv efter at være flyttet på landet blev min tilstand dårligere og dårligere. Det var ikke svært at gætte, at fremtiden kun bringer mere af det samme, bare tættere på. Mens huset blev sat til salg,



fandt min mand frem til et primitivt sted at leje i Portugal, og så tager vi den derfra. Det kan jeg skrive om en anden gang.

Bilkørsel fra DK til Portugal

For dem, der ligesom jeg ikke kan rejse med fly, er det følgende først og fremmest en beskrivelse af, hvor man for tiden kan finde steder at overnatte på vejen fra Danmark og hertil. Det har også et videre perspektiv for de, der måtte have planer om fremtidig koordinering af strålingsfrie initiativer.

For os var det vigtigst at sikre, at der ikke var Wi-Fi, smartmeter eller nærliggende mast. Selvom jeg efterhånden også er blevet overfølsom overfor lavfrekvent stråling, er det trådløse et større problem og det, der har bestemt hvor vi kunne overnatte og hvor langt der var at køre imellem disse steder.

Tyskland

Vores første overnatning fandt sted i skovens dybe, stille ro i det nordlige Tyskland. Gæstehuset er del af en kæde "Organic hotel Association", og måltiderne økologiske og meget veltillavede. Stedet var hjemligt og det var nemt selv at gå i køkkenet og lave sig te eller kaffe. Ejeren er selv overfølsom i nogen grad, og de har et værelse til EHS'ere, der ligger lidt for sig selv og hvor al strøm kan blokeres. Desværre var det ikke ledigt på netop den dato, men det gik også fint, så længe jeg bare kunne holde afstand til andre gæster med mobiltelefon. Mobiltelefoner

er tilladt men haven er stor og gæsterne på dette tidspunkt heldigvis få. Egentlig havde man vel netop på et sted som dette kunnet snakke sig frem til en ordning, men det var på grund af mobiltelefoner, at jeg ikke greb lejligheden til at høre med på et foredrag om ulve i disse skove samme aften. Wi-Fi var der jo ikke, men man kunne låne et kabel og komme på nettet, hvis man ville. Min måler sagde god for stedet, men da jeg så en stikkontakt bag hovedgærdet, vendte jeg selvfølgelig om på sengen.

Frankrig

For at være sikre på, at alle de sære krav, en el-overfølsom kan have, var opfyldt, måtte vi køre 11 timer næste dag. Det var ikke til at finde et sikkert sted før Vosgeserne, et sted, der blev etableret i '89 som et bofællesskab af hovedsageligt hollændere. Der var folk i alle aldre, også børn og efter sigende en enkelt EHS'er på midlertidigt ophold. De dyrker økologisk, producerer cremer, olier, keramik m.m.. Der udlejes campingplads, telte og enkelte værelser og fordelen ved det sidste er, at hele området omkring de fastboendes bygninger er uden mobil og Wi-Fi. Det er skønt at lægge sig til at sove i vished om, at der ikke pludselig er en gæst med en tændt mobil på den anden side af væggen. Også her bliver måltiderne serveret som buffet og alt er økologisk og hjemmelavet, helt ned til marmeladen, müslien, det hjemmebakke brød, yoghurtten, der er lavet på hhv. ko- og gedemælk for nu at tage morgenmaden. Sjovt nok bor der en dansktalende hollandsk kvinde. Vi fik ikke anledning til at tale ret meget, men hun fortalte, at der efter hendes mening var flere steder i Frankrig med en lignende holdning til kemi og elektro-

smog. Selv havde vi ikke kunnet finde andet end et enkelt sted hos en familie i Bordeaux.

Spanien

I en dal i det nordlige Spanien ligger et gammelt hus fra 1774, der er indrettet med to selvstændige lejligheder. Fordi vi jo trods alt er forskellige står den ene tom, når sådan nogle som os ankommer. Til gengæld må man så booke 3 nætter, men det fortryder man heller ikke. Man har garanti for, at man er de eneste i huset, som er smukt restaureret af det arkitekt-par, som ejer det. Murene er af sten og metertykke – ingen stråling! Der er gammeldags radiatorer (med vand) og indlagt strøm, men man kan sidde langt fra kablerne (som er synlige) og fra lamper, som nogle af os i forvejen er vant til. Imødekommenheden er noget nær grænseløs – vi blev tilbudt at vises rundt forskellige steder og blev forsynet med så mange hjemmedyrkede, friske og henkogte grønsager, at det stort set var unødvendigt at gøre indkøb. Den giftfrie køkkenhave hos ejerne bød på alt muligt godt og kilovis af kirsebær, urter og honning fandt vej til vores køkken. Ved madlavningen må så en ledsager træde til for komfuret er elektrisk.

I et lille hus ved siden af boede midlertidigt en el-overfølsom mand – miljøflygtning som jeg, men med flere års nomadetilværelse bag sig. Han havde været overalt i Spanien uden at finde et sted med tilstrækkelig lav stråling. Han havde endda boet i junglen på Sao Tomé i Afrika, indtil der også kom forhindringer dér. Mens jeg var på vej sydover var han, ironisk nok, på vej nordpå og hvordan var forholdene nu om dage i Danmark? I Nordsverige? Selv er jeg medlem af den

norske og den svenske forening og har haft meget gavn af al den information det giver, men der er forskel på overfølsomhed og her sad jeg overfor en mand, der på intensiteten af sine smerter kan sige, om der er ét, to eller tre fly i luften over den campingvogn, han plejer at bo i. Radarstråling er hans største problem. Der har efterhånden været mange mennesker gennem den spanske landsby, både folk, der har tage skade af deres arbejde med frisørfag eller kosmetikindustri og el-overfølsomme i Star Wars-beklædning og hovednet. Om det er medvirkende til en generel opposition mod smart-meters ved jeg ikke, men på el-målerne på flere af husene hænger venlige henstillinger til forsyningsselskabet om at lade den udmærket fungerende, analoge måler blive. Den venlige tone er en ny strategi. I begyndelsen var installatører komme i arbejdstøj for at skifte til digitale målere. Beboerne protesterede. Siden var de kommet anonymt, i bil uden logo og på tidspunkter, hvor folk sjældent er hjemme. De var igen blevet opdaget og jaget på porten, men nu ventede man den hvert øjeblik og forsøgte sig med denne appellerende skrivelse med henvisning til en lov, der først gør overgangen til de smarte målere obligatorisk fra 2018. Hvad sker der derefter? Ja, man kan ikke lade være med at tænke, at det kommer an på, hvor gode vi er til at koordinere alle de gode kræfter, der findes derude. Der ER jo modstad, om end spredt. Hvad mener man f.eks. om de pulserende målere hos alle de hoteller og gæstehuse, der har samlet sig under web-sitet "hotels-ohne-wlan"? Eller hos bofællesskabet i Frankrig, der ikke vil have tændte mobiltelefoner? Det amerikanske site "Take Back Your Power" linkede engang

til en lille Youtube-video fra et sydamerikansk land; hele billedfeltet var fyldt med ivrige hænder, der flåede en smart-måler ned fra sin tavle. Man havde nemlig oplevet, at når måleren blev skiftet, steg regningen. Uanset grundene til at modsætte sig den ensidige, politiske støtte til en enkelt teknologi, er der mange steder modstand mod disse tingester. Det gælder i øvrigt også tvangsdigitaliseringen af skolerne. På dette sted i Spanien har arkitektparret foreslået deres børns skole at kable netforbindelsen. Det var for dyrt, mente skolen, men det ser ud til, at sagen stiller sig noget anderledes efter at forældrene har tilbudt at betale for det. Der er mange måder, men vi hører ikke om alle de små skridt, der foregår rundt omkring. Det er dog opløftende at opdage kimen til noget, der kunne gå hen og blive en mere samlet bevægelse.

Fire gode overnatningssteder i Tyskland, Frankrig og Spanien

BIOHOTEL KENNERS LANDLUST
Dübbekold Nr. 1, D-29473 Göhrde
Tel +49 58 55 - 97 93 00, info@kenners-landlust.de
www.organic-hotel.de

ECOLONIE
1 Thietry, 88260 Hennezel, France
Tel +33 329070027, info@ecolonie.eu
www.ecolonie.eu

La Thébaïde
La Galèze, 17210 Pouillac, La France
Tel: +33 (0) 546046517
johannes.hermans@orange.fr
www.lathebaïde.com

La casa del Arzipreste
Requejo de Pradorrey, 24714, León, España
Tel. +34 687 564 043
lacasadelarzipreste@gmail.com
www.lacasadelarzipreste.com

”Argumenter, kontakt og læserbreve”

– oplæg på kursus d. 7 – 8. oktober 2017



Af Pernille Schriver

Mit oplæg søndag omhandlede:

- 1) slagkraftige argumenter
- 2) hvordan skabes kontakt til myndigheder, skoler og børnehaver samt
- 3) hvordan skrives et læserbrev, som med rimelig chance bliver trykt.

Ligeledes fortalte jeg om cases, hvor det med EHS Foreningens indsats er lykkedes at forandre og ændre på givne situationer til det bedre.

Slagkraftige argumenter

Lad mig starte ud med de vigtige argumenter, som man ofte ønsker at have en hel rygsæk fyldt med, så mund-pistolen kontinuerligt kan lades, og der derved kan skydes en massiv sky af argumenter igennem luften, som kan vælte selv den mest vedholdende tvivler omkuld.

For der findes rigtig mange argumenter. Nogle er økonomisk baseret, nogle er naturforskningsvinklet og nogle er baseret på tvivlen.

Forsikring. Et interessant faktum er, at mobil- og telebranchen ikke kan forsikres imod eventuelle skader, der forvoldes på kunden. Forsikringsselskaberne har brændt fingrene før i forbindelse med DDT, asbest, tobak og mange andre industriprodukter, som har vist sig at være en stor udgift for forsikringsselskaberne. Senest er erstatningssagerne begyndt at rulle i Italien i forbindelse med udvikling af hjernekræft.

Et andet godt argument er **Forsigtighedsprincippet**, som er et retligt princip inden for miljølovgivning. Grundlæggende

de indebærer princippet, at hvis der er videnskabelige indikationer for risiko for alvorlige eller uoprettelige skader, må indgreb over for fx potentielle forurenere ikke udsættes alene grundet videnskabelig usikkerhed. Princippet afspejler de uheldige erfaringer med DDT og ozonlagnedbrydende stoffer, der oprindeligt blev anset som uskadelige, men senere viste at have meget alvorlige følger for økosystemer og menneskers sundhed. Forsigtighedsprincippet blev oprindeligt udviklet i tysk og svensk ret. Med Riokonferencen fra 1992 fik princippet global udbredelse, og det blev i 1993 traktatfæstet i EU som en grundlæggende del af EU-retten.”

Kilde:

http://denstoredanske.dk/Samfund,_jura_og_politik/Jura/Landboret_og_milj%C3%B8ret/forsigtighedsprincip

Europarådets resolution 1815 fra 2011 hvor Europarådet anbefaler alle medlemslande at beskytte børn, unge, gravide og ældre.

Kilde: [http://www.helbredssikker-](http://www.helbredssikker-telekommunikation.dk/europar%C3%A5det)

[telekommunikation.dk/europar%C3%A5det](http://www.helbredssikker-telekommunikation.dk/europar%C3%A5det)

WHO kategoriserede i 2011 mikrobølger i klassen 2B som potentiel kræftfremkaldende

[http://www.iarc.fr/en/media-](http://www.iarc.fr/en/media-centre/pr/2011/pdfs/pr208_E.pdf)

[centre/pr/2011/pdfs/pr208_E.pdf](http://www.iarc.fr/en/media-centre/pr/2011/pdfs/pr208_E.pdf)

International forskerappel 2017

<https://emfscientist.org/index.php/emf-scientist-appeal>

Reykjavik Appeal on wireless technology in schools

<http://www.stralskyddsstiftelsen.se/wp-content/uploads/2017/03/Reykjavik-Appeal-170224-2.pdf>

Imran Rashid's bog "Sluk" handler bl.a. om omkodning af hjernen, mangel på kreativitet og fordybelse ved for megen skærmtid. Denne vinkel er lige til at bruge, da rigtig mange forstår argumentet, ser det ved egne børn og ved andre. "Misbrug" denne indfaldsvinkel for der-ved også at kunne servere strålingsemnet samtidigt. De to ting falder godt i spand.

OECD rapport fra 2015, som konkluderer, at lande som satser massivt på IT i under-visningen er de lande, som IKKE har en den største læringsprogression (indlæ-ring).

http://www.keepeek.com/Digital-Asset-Management/oecd/education/students-computers-and-learning_9789264239555-en#_Wdj5WTBpFPY#page18

Påvirkning af korttidshukommelsen

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23785684>

Påvirkning af langtidshukommelsen

<https://www.sciencedaily.com/releases/1999/12/991202070403.htm>

Påvirker evnen til at **huske** og forstyrrer

koncentrationen

<http://www.sccma-mcms.org/Portals/19/assets/docs/Wi-Fi%20in%20Schools%20rev.pdf>

Smartmeter. I bekendtgørelse 1358 står der, at elselskaber skal opsætte fjernaf-læste elmålere inden 2020. Der står ikke, at det skal være trådløse fjernaflæste el-målere.

<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?i=160434>

"Syltnings" strategien anvendes. Indu-stribaseret forskningsresultater viser, at

mikrobølger ikke er sundhedsskadelige. Industri uafhængig forskning viser, at de er sundhedsskadelige". EHS ramte er "li-gene" på bordet og beviserne. Samme forløb som tobak, DDT, asbest, koleste-rol, sukker mm. Industriens lobbyister er aktive og har en massiv økonomi at træk-ke på til deres arbejde. Historien gentag-er sig igen og igen og igen. Telebran-chens lobbyister er de mest aktive lobby-ister i EU.

<https://www.computerworld.dk/art/234728/morten-helveg-presses-massivt-af-eu-lobbyister-saadan-tackler-han-it-virksomhedernes-aggressive-kampagne-folk>

RF/EMF sammen med andre sundheds-skadelige elementer kan give **cocktail-effekt**. Kemikalier i drikkevand, mad, tøj, luft, vacciner (HPV) mm. Find informati-oner om kemikalier hos især forsker Philip Grandjean, SDU.

Vi anvender teknologi, som **ikke er fri-kendt for at være sundhedsskadelig**

Vi anvender **grænseværdier fastsat af ICNIRP i 1998** – før den massive udrul-ning af trådløst udstyr.

Ingen kender langtidsvirkningerne

Kabling kan lade sig gøre i mange situati-oner. Adfærdsændring og oplysning kan i mange tilfælde nedsætte strålingsmæng-den massivt. Undlad fx at gå med en smartphone som er online i bukselom-men.

Sundhedsstyrelsens egne anbefalinger vedr. mobiltelefoner:

<https://www.sst.dk/da/straalebeskyttelse/mobiltelefo-ni,-traadlose-netvaerk-med-mere/hvad-kan-du-selv-goere/anbefalinger>

Skab kontakt til myndigheder, skoler og børnehaver



- **Forsøg at påvirke så mange led i en organisation som muligt**, så informationerne ikke bremses af et led, men således at informationerne derimod spredes i hele organisationen. Husk at "servere", så det er målrettet et bestemt led.

Eks. En folkeskole: Politikere, forvaltning, skolens ledelse, skolebestyrelsen, pædagogisk udvalg, lærere, forældre, elever

- **Hold øje med kommunens lokalplaner / politikker / generelle informationer** som eventuelt har berøring med strålingsniveauet for borgerne i din kommune. Læs lokalavisen eller på kommunens hjemmeside, hvor din kommune skriver om dette. Skriv hørings svar, stil spørgsmål, skriv læserbreve, ring og snak med kommunalpolitikere, ring og snak med forvaltningerne.

Eks. Børn- og Unge politik/strategi, op-sætning af mobilmast, wifi på biblioteket mm.

- **Deltag i byrådsmøder** i din kommune. Derved lærer du dine politikere at kende og omvendt.

- **Vær aktiv ved valg.** Tag til vælgermøder. Stil spørgsmål. Skriv læserbreve. Skriv breve og ring til politikere.

- **Deltag i aktiviteter/forsamlinger**, hvor der er mulighed for at møde kommunal-, regions- eller landspolitikere. De er almindelige mennesker, som ofte intet kender til problematikken. Og ofte har de meget travlt og har brug for en reminder. Eks. Folkemøder, "Mød din politiker"-møder

- **Skriv og ring til forvaltninger, regionen, ministerier og styrelser.** Og bliv ved, indtil de er så trætte af dig, at de kan huske dit navn og ender med at invitere dig til et møde. Sæt dig fast på et konkret emne og bliv ved.

- **Sørg for at forklare "din sag"** så modtageren forstår, hvad du siger og hvad du ønsker. Konkrete ønsker er lettere at forholde sig til. En generel problematisering af EHS/RF/EMF er for stor en mundfuld. (Eks. Smartmeter-sagen er konkret. Men en henvendelse vedr. det generelle strålingsniveau er let at feje af bordet, da det er svært at forholde sig til. Det er for stor en mundfuld.)

- Udtalelse fra Stine Bramsen til Folkemøde i Odense 2017: "Ingen politikere ønsker at være årsag til en negativ personsag. Fortæl din sag, så den bliver nærværende, konkret og personlig".

- Ved henvendelse er det brugbart at **referere til lignende sager/tilfælde**. Eks. Skoler og børnehaver, som har kablet internettet og hvordan de har gjort det.

- Sørg for at **have styr på fakta og gode argumenter** ved første henvendelse, så du ikke bliver afvist. Små skridt af gangen.

- **Du kan ikke redde verden på én gang** og især ikke en verden, som tilsyneladende ikke ønsker at blive reddet fra strålingsmængden.

Læserbreve og anden mediedebat

- Man kan med fordel bruge Enhedslistens Læserbrevsguide på linket <https://org.enhedslisten.dk/Deltag/laeserbrevsguide>

- Det, som er vigtigt i begyndelsen af en kommende "læserbrevs skribent karriere", er at holde øje med om læserbrevene bliver trykt i medierne. Det gør man nemmest ved selv at holde den pågældende avis på papirformat eller netformat, eller få andre til at sende dig information om læserbrevet er sat i avisen. Jeg har med stor succes kontaktet avisen en uge eller to efter, at jeg har skrevet læserbrevet, hvis læserbrevet ikke er trykt i avisen. Så ved medierne, at du holder øje med om dit arbejde bærer frugt.

- Ligeledes skriver jeg ofte til avisen/ medierne, at den samme information sendes til nogle bestemte politikere, som problematikken også retter sig imod.

- Husk at skrive kort, konkret og kontant. Få nogen til at læse dit skrivarbejde igennem. Det er svært at se egne trykfejl.

- Brug fængende overskrift. Tænk på hvilke ord, som florerer lige pt., som kan give blikfang. Eks. under valget i USA var ordet "Fake News" godt at bruge. I disse måneder kunne ordet "Ulv" eller "Ulv i fåreklæder" være anvendeligt, da Ulvedebatten ulmer rundt omkring. Ikke at vi skal til at skrive om ulve, men ordet ulv er pt. et blikfang.

- Sørg for at overholde antal anslag eller ord, som aviserne kræver. Overhold deadline.



- Ring måske endda til redaktøren og spørg om, hvor langt eller kort et læserbrev skal være for at blive trykt i næste avis. Så har du derved også gjort opmærksom på dig selv.

- Jo nemmere for avisen det er at trykke dit læserbrev, des større chancer. Avisernes journalister er også hængt op og har travlt. De vælger også de lette løsninger til tider, når avisen har en deadline. En simpel ting som at glemme de basale informationer om dig, at du evt. ikke sender et billede med, selvom det er et af avisens krav. Journalisterne har sjældent tid til at sende en mail til dig og vente på, at du sender billede retur. De vælger så bare et andet læserbrev i stedet.



Weekendkursus: ”Få styr på teknik og kommunikation” d. 7 – 8. oktober 2017

Af Pia Hardenberg

Det var en stor fornøjelse at deltage i foreningens veltilrettelagte weekendkursus. Jeg havde glædet mig meget og kørte endnu mere glad hjem fra kurset. Foredragene var både super informerende, spændende, interessante og tankevækkende. Det var desuden rigtig godt at få udleveret papirer undervejs af foredragsholderne samt efterfølgende at få tilsendt filer med yderligere info via mail. Ud over at blive klogere på kursus-emnet var det dejligt at få sat ansigt på nogle af de aktive personer i foreningen samt de personer fra bestyrelsen, som deltog i kurset og sandelig også at møde andre medlemmer i foreningen. Et udmærket mødelokale, velsmagende, veltilberedt mad, smuk natur, en god seng og gode toilet/badefaciliteter. Hvad mere kunne man ønske sig? Måske at der havde været lidt mere tid til også at samtale med andre medlemmer, som var mødt op for at deltage i kurset. Kurset var meget intenst og koncentreret, men der var også meget vigtig information på højt fagligt niveau på programmet, og det var kun fint. Jeg havde det lidt sådan, at jeg godt kunne have brugt en halv dag mere. Dels til at gå ture i den smukke natur og reflektere over indholdet i foredragene, dels til at kunne diskutere det indholdsmæssige både i fælles forum og i pauser på tomandshånd. Men jeg er fuldt ud tilfreds med alt det, jeg fik ud af kurset. Det har motiveret mig til at studere videre, for jeg oplever det som et studie at lære mere om den elektromagnetiske stråling, som desværre er så skadelig – og som

mærkes direkte af os med EHS på en begrænsende måde i vores hverdag. Lære mere – forstå mere – for at kunne videreformidle det. For at kunne sprede budskabet om de skadelige mikrobølgestråler. Jeg har (langt om længe) købt et måleinstrument og skal nu til at finde ud af at forstå/tolke aflæsningen af de fire måder, instrumentet kan måle stråling på; hvad indebærer de forskellige målinger? Det var noget, jeg godt kunne have tænkt mig at tale med nogen på kurset om. Det er svært, når man ikke er uddannet elektriker eller fysiker eller har stor interesse i matematik/fysik at sætte sig ind i det måle-tekniske, synes jeg. Og for at kunne formidle om EHS og om skadevirkningerne fra mobiltelefoner, smartmeters, ja, alt trådløst, så synes jeg, at jeg selv må kunne forstå de forskellige strålingstyper, hvordan de måles og deres virkninger først. Alt det med lavfrekvent, højfrekvent og elektrisk feltintensitet, effekt-tæthed, at noget er elektrisk, og noget er magnetisk, og noget er elektromagnetisk stråling osv. er for mig som at lære et helt nyt sprog.

Jeg håber, at bestyrelsen arrangerer mange flere kurser fremover, som mange medlemmer vil kunne deltage i, for efter at have deltaget i dette weekend kursus, oplever jeg, at der er meget brug for dét forum for os medlemmer at mødes i samtidig med, at der er faglig vidensdeling på programmet.

Tak for et godt kursus til bestyrelsen og foredragsholderne. Fra Pia Hardenberg.

Del dine rejsetips med os



Af Nelly B. Thomsen

Har du erfaringer med EHS og MCS venlige rejsemål og ophold både i DK og i andre lande? Kan du anbefale et land eller et opholdssted, som du synes virker godt for EHS personer?

Vi arbejder på en oversigt over velegnede overnatningssteder til ferie- og week-endophold for EHS og MCS ramte og har brug for dine erfaringer.

Vi efterlyser især tips om beboelser som er Wi-Fi frie, uden trådløst netværk, hoteller, guesthouse, vandrehjem, B&B, kroer, hytter, sommerhuse, campingpladser m.v. overalt i DK eller andre lande.

Stederne skal helst være afprøvede og målt, så der fremgår, hvor mange mikrobølger, elektriske- og elektromagnetiske felter der er. Du må gerne være obs på belysning, elmålerens placering, komfurtype, varmpumper, elvandvarmere og andet elektrisk og elektronisk udstyr. Inden du sender et forslag til os, vil vi bede dig kontakte det pågældende sted, for at sikre dig, at det er OK, det kommer på listen.

Listen deles op i fem hovedområder i Danmark samt udlandet.

Nordjylland, Midtjylland inkl. Samsø, Sønderjylland, Fyn og øerne, Sjælland og øerne inkl. Bornholm, udlandet

Indberetning om velegnede steder skal ske snarest og kan gøres løbende helst pr. e-mail med området nævnt i emnefeltet.

Listen kommer til at ligge på EHS Foreningens hjemmeside medio februar måned 2018.

EKSEMPEL

OMRÅDE: Midtjylland

Stedets navn og evt. hjemmeside
Stedets ejer(e) eller kontaktperson
Adresse, Tlf.nr., E-mail, hjemmeside
To værelser med to dobbeltsenge.

PRIS: Dobbeltværelse: kr. 500
Enkeltværelse: 400 kr.

FACILITETER: Tekøkken med køleskab og mikroovn. Kaffe og te.

BEMÆRKNINGER: Oplys at du er EHS/MCS-ramt, da der skal slukkes for en router, og der må ikke være andre gæster. Der er ikke tæpper på gulvet eller brændeovn. Parfumefri rengøringsmidler. Kun enkelte overnatninger tilbydes.

OPMÅLING: 0,03-0,05 V/m på et Acoustimeter.

Flere aktive søges

Vi vil gerne have flere med, som vil være opsøgende i at finde flere steder fordelt over hele Danmark. Vi kunne også godt tænke os at have en koordinator mere med i styregruppen, som vil stå for Fyn. Send en e-mail hvis du er interesseret eller ring til en af os.

Har du steder, du kan anbefale, uden de er målt, må du også gerne oplyse os om det.

Koordinatorer

Næstformand Erling Keinicke (Sjælland)
Tlf.nr: 58 85 93 15

Nelly Thomsen (Jylland)
Tlf.nr: 97 83 20 12

E-mail: feriesteder@ehsf.dk

Fra medlem til medlem

Erfaringer, tips, kontakt og gode råd



Møder i boligfællesskabsgruppen på Sjælland



Søndag d. 19/11 kl. 12
hos Morten i Kirke Såby
tilmelding: 40 52 79 39
eller: morten@cosmolaser.dk

Søndag d. 14/1 2018
hos Pernille i Allerød
tilmelding på: 38 80 48 84
eller: pdarelius@hotmail.com

Opmåling af høj- og lavfrekvent stråling

Nogle af EHS Foreningens medlemmer tilbyder orienterende opmåling af mikrobølgestråling samt trådløse installationer og elektriske/magnetiske felter ved/i din bolig, sommerhus/ camping-plads/B.B. eller andet.

Erling Keinicke

Måleapparat: Cornet ED88T smogmeter

Rådgivning: Der gives råd for at undgå/reducere påvirkning fra strålingen.

Geografisk område: Vestsjælland

Betaling: kun for kørsel.

Henvendelse til: Erling Keinicke

Aldershvilevej 16, 4281 Gørlev.

Tlf. 5885 9315, erlingkh.ehs@gmail

Karsten Hesse

Måleapparat: Acoustimeter AM-10 og Gauss-meter

Rådgivning: Der gives ideer til afskærmning og andre forholdsregler.

Geografisk område: Strækningen Ribe – København (Minus Århus)

Betaling: kun for kørsel.

Henvendelse til: Karsten Hesse

Puggaardsgade 7A, 2. sal, 6760 Ribe

Tlf. 7455 2300, karstenhesseh@aim.com

Mandag holder jeg computerfri

Kommentar til Kim Horsevads artikel om earthing

I det seneste medlemsblad forklarer Kim Horsevad om earthing. En vigtig detalje der ikke er beskrevet er at de fleste kommercielle earthing produkter har en indbygget høj elektrisk modstand (i nogle tilfælde 100 kilo ohm). Sammen med den kapacitet der altid er mellem ledning og jord danner det et lavpasfilter. Et lavpasfilter dæmper/fjerner de høje frekvenser. Uanset om kapaciteten skulle være uendeligt lille har modstanden stadig en generel dæmpende virkning. Derfor mener jeg ikke at problemet med støjfyldt jord er så stort som det lader til ud fra artiklen, så længe der er en indbygget modstand.

Bo Holm-Rasmussen

Ordinær generalforsamling 20. april 2018



*Sæt kryds i kalenderen lørdag d. 20. april kl. 11.00.
Generalforsamlingen afholdes i Gomde Buddist Center,
Smedehalden 3, Esby 8420 Knebel.*

Foreløbig dagsorden

1. Valg af dirigent, referent og stemmetællere
2. Godkendelse af dagsorden
3. Formandens beretning
4. Godkendelse af regnskab
5. Behandling af indkomne forslag
6. Fastsættelse af kontingent
7. Valg af bestyrelse
 - a. Valg af bestyrelsesmedlemmer
 - b. Valg af bestyrelsessuppleanter
 - c. Valg af revisor og revisorsuppleant
8. Eventuelt

Ifølge vedtægternes § 7 Stk. 4 skal forslag og kandidaturer, som ønskes behandlet på generalforsamlingen, indsendes skriftligt og være formanden i hænde senest 1. februar.

Bestyrelsesmedlemmer vælges for to år ad gangen og på valg er følgende:
Christina Funch Mellgren, Kim Horsevad
Anna Marie Stein.

Tip til rådgivning

Af Birthe Mikkelsen

DUKH (Den uvildige konsulentordning på Handicapområdet) er en selvejende institution under Børne- og Socialministeriet, der yder gratis rådgivning om handicap-kompenserende ydelser i sager mellem en borger og typisk en kommune. Formålet er at styrke retssikkerheden for mennesker med handicap. Det gøres ved, at give uvildig rådgivning til mennesker med handicap, deres pårørende og andre

De blivende medlemmer er:
Jette Paulsen, Erling Keinicke, Therese Harris Buus, Henning-Buerup Jørgensen

Vi glæder os rigtig meget til et talrigt fremmøde af engagerede EHS'ere!

PS Til de der skulle undre sig over at foreningen vælger at afholde generalforsamlingen på Gomde Buddist Center, der også husede vores sidste kursus, skal jeg oplyse at foreningen ikke på nogen måde har nogle religiøse tilhørsforhold, men at det er utroligt svært at opdrive strålingsfrie steder med gode faciliteter, og vi derfor har valgt at holde fast i den mulighed, vi har her på indkaldelsestidspunktet.

Vi skal have sat et målrettet arbejde ind for at finde gode kursussteder i de forskellige landsdele, og især er det påkrævet snart at finde et sted på Sjælland.



kontaktpersoner. Det er en forudsætning for rådgivning hos DUKH, at man har søgt at få rådgivning i kommunen. Det er kommunen, som har rådgivningsforpligtelsen. Det er afgørende, at sagen handler om en person med handicap.

DUKH, Jupitervej 1, 6000 Kolding
T. 7630 1930, mail@dukh.dk
www.dukh.dk

JULETILBUD – medlemsblade 2014-2016



Nu kan du købe tidligere udgaver af EHS Foreningens medlemsblade til stærkt nedsatte priser.

- 1 stk. blad kr. 30,-
- 2 stk. blade kr. 60,-
- 3 stk. blade kr. 75,-
- 4 stk. blade kr. 90,-

Alle priser er inkl. porto og gælder til og med 15. december 2017.

Bestilling: Birthe Mikkelsen, T. 9714 0209



Marts 2015
Tema: Anerkendelse & diagnosticering



Juni 2015
Tema: Handleplan funktionsnedsættelse



Nov. 2015
Blandet indhold



Juni 2014
Tema: Forsikringer og retssager



Nov. 2014
Tema: Børn og trådløs teknologi



Marts 2016
Blandet indhold



Juni 2016
Tema: Mobilstråling & kræft (NTP)



Nov. 2016
Blandet indhold

NYT MEDLEM?

Tilmeld dig NU og spar kr. 50,-
Så er du med resten af 2017 og hele 2018

**Tilbuddet gælder til og med 15. dec 2017.*

Rabatten fratrækkes normalprisen:

Enkelt kr. 250, Husstand kr. 350, Ung under 25 år kr. 150.

Tilmelding på www.ehsf.dk

Eller kontakt Birthe Mikkelsen tlf. 97 14 02 09



Annoncer

Annoncer dækker ikke nødvendigvis over EHS Foreningens synspunkter



STRÅL

EMF/EMR-analyse med grundig dokumentation, salg af målerinstrumenter og skærmede elektriske komponenter.

Uafhængig rådgivning om skærmning.

Dækker hele Danmark.



Martin Kondrup
M: 427 12 297
martin@stralemc.com

Strål, Grønlandsvej 300, 7100 Vejle, CVR-nr.:35989285

www.stral.dk

Psykologsamtaler for EHS-ramte



Autoriseret psykolog
og specialist i
psykoterapi

Konsultation i el-saneret rum.
Tidsaftale ma-ti kl. 10.30 – 11.00
Tlf: 4913 5322
(IKKE telefonkonsultation)

Eva Theilgaard Jacobsen
Blomstermarken 3 • 3060 Espergærde

MÅLEINSTRUMENTER

Cornet ED88T

3-i-en EMF-måler,
der måler både
elektriske felter,
magnetfelter og
radiofrekvente felter.

Kontakt os vedr.
pris og levering



Feltfri v/ Vagn Larsen
Vibevej 9 • 4040 Jyllinge • Tlf 46 78 99 89
vl@feltfri.dk • www.feltfrishop.com

Kontingent – KUN kr. 250 årligt

Foreningens arbejde er helt afhængigt af kontingenter og donationer, som vi modtager med stort TAK! For nye medlemmer indmeldt efter 1. oktober, gælder kontingentet også det efterfølgende år.

Kontingentet opkræves særskilt via brevpost ultimo januar – HUSK at betale!

Du kan også tilmelde dig automatisk årlig betaling via netbank. Få evt. hjælp hos din bankrådgiver.

Husk at anføre dit **medlemsnummer** og **navn** under meddelelse til modtageren. Dit medlemsnummer står ved din adresse på bagsiden af bladet.

Bankkonto: 8401 1040627

Ændring af adresse, tlf og e-mail

Ved flytning og ændring af adresse, tlf og e-mail skal du huske at give os besked, så du fortsat bevarer dit medlemskab og modtager medlemsbladet. Henvendelse til kasserer: **Heine Bertelsen** (se side 2)

Artikler og annoncer

Alle er meget velkomne til at bidrage med artikler, information og erfaringer, som medlemmerne kan have glæde af. Manuskripter kan sendes elektronisk til:

redaktion@ehsf.dk

eller som brevpost til:

Karin Nørgaard, Gyldenstens Vænge 170,
3600 Frederikssund.

Personlige beretninger kan skrives under mærke, blot foreningen har navn og adresse på afsenderen.

Idéer, råd og forslag i annoncer og læserindlæg står for forfatterens egen regning. Fremførte råd og synspunkter deles ikke nødvendigvis af foreningen.

Redaktionen forbeholder sig ret til at forkorte og redigere i indsendt materiale samt at afvise materiale, der strider mod foreningens mål og virke.

ORDFORKLARING

EHS

Elektro Hyper Sensitivitet

ELF

Ekstremt lav frekvens

EMF

Elektromagnetiske felter

EMR

Elektromagnetisk stråling (radiation)

IARC

International Agency for Research on Cancer (WHO's Internationale cancerforskningsagentur)

ICNIRP

International Commission on Non-Ionizing Radiation Protection. (International kommission for ikke-ioniserende strålingsbeskyttelse) Fastsætter grænseværdier.

Peer-reviewed

Fagfællebedømt. Sikrer videnskabelighed og kvalitet.

RF eller RFR

Radiofrekvent radiation (radiofrekvent stråling)

RNCNIRP

Russian National Committee on Non-Ionizing Radiation Protection. (Russisk national komite for ikke-ioniserende strålingsbeskyttelse).

White Zones

Områder uden trådløs dækning

WHO

World Health Organization

Wi-Fi

Wireless Fidelity. (overs. trådløs nøjagtighed) Trådløst internet

KONTAKTPERSONER

- som frivilligt deler ud af deres mange erfaringer

Denne service tilbydes kun medlemmer af EHS Foreningen.

Foreningen påtager sig intet ansvar i forbindelse hermed.

EHS GENERELT

Birthe Mikkelsen

Tlf. 97 14 02 09, hverdage
bjm@mikkelsen.mail.dk

Inge Liivå

Tlf. 64 66 41 23
plejlen37@mail.dk

Helle Heiberg

Tlf. 35 11 14 14

LÆGEFAGLIG RÅDGIVNING

John Jalving

Tlf. 40 44 70 10, hverd. kl. 8-9
johnjalving.ehs@gmail.com

SUNDHEDSFAGLIGE OG TEKNISKE SPØRGSMÅL

Mads Wedel-Ibsen

Tlf. 73 66 40 60
mads@wedel-ibsen.dk

TEKNISKE SPØRGSMÅL

Jan Frandsen

Tlf. 46 99 18 04 / 27 61 45 43

Kim Horsevad

kim@horsevad.dk

KOST & ERNÆRING

Kirsten Petterson

Tlf. 66 11 00 08, kl. 18-20

Berith Zenia Fagergaard

solstraalen-helsekost@mail.dk

Netværksliste

Har du brug for én at vende hverdagen med eller ønsker du kontakt med andre medlemmer af foreningen kan du tilmelde dig netværkslisten. Listen udsendes til personerne på listen, når der er sket ændringer i den.

Henvendelse til kasserer Heine Bertelsen eller Birthe Mikkelsen (Se side 2).

EHS Foreningen på Facebook



EHS Foreningen har 2 Facebookgrupper.

En **åben gruppe**, hvor alle kan holde sig opdaterede om foreningens aktiviteter samt nyheder vedr. EHS og EMR i Danmark og i udlandet.

www.facebook.com/groups/EHSforeningen

Vi har også et **lukket forum**, hvor **KUN** EHS Foreningens betalende medlemmer kan deltage og se opslag. Her har du mulighed for at udveksle erfaringer og skabe kontakt til andre medlemmer, samt modtage vejledning fra foreningens dygtige rådgivere – teknisk, lægeligt og generelt om EHS.

www.facebook.com/groups/EHSFmedlemmer

Nyttige links

Både i Danmark og i udlandet findes der mange organisationer og foreninger om EHS og strålingsfare. Søg selv så mange informationer som muligt.

www.helbredssikker-telekommunikation.dk

www.mastedatabasen.dk

www.e-stress.dk

www.bioinitiative.org

www.magdahavas.com

www.mast-victims.org

www.powerwatch.org.uk

www.iemfa.org

www.eloverkanslig.org

www.felo.no

www.stralskyddsstiftelsen.se

International alliance

Svensk EHS forening

Norsk EHS forening

Svensk organisation

Returadresse:
Birthe Mikkelsen, Grønnegade 10A, 6971 Spjald



Bestyrelsen



Formand

Christina Funch Mellgren
Fåborgvej 75A
5762 Vester Skerninge
Tlf. 62 25 11 28
christinamellgren.ehs@gmail.com



Bestyrelsesmedlem Sekretær

Anna Marie Ladegaard-Stein
Æblevænget 128
6000 Kolding
stein1955@live.dk



Næstformand

Erling Keinicke
Aldershvilevej 16
4281 Gørlev
Tlf. 58 85 93 15
erlingkh.ehs@gmail.com



Bestyrelsesmedlem

Jette Paulsen
Skedebjergvej 14
6200 Aabenraa
jette Marie2@gmail.com



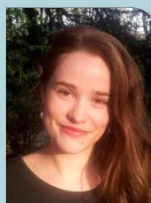
Bestyrelsesmedlem

Teknisk rådgiver
Kim Horsevad
Tryvej 96
9750 Østervrå
kim@horsevad.dk



Bestyrelsesmedlem

Henning Buerup Jørgensen
Pilevej 1, Ubbø
4490 Jerselv Sj.
bujes@ka-net.dk



Bestyrelsesmedlem

Therese Harris Buus Nielsen
Pragtstjernevej 27
2400 København NV
theresehbnielsen@gmail.com

Suppleanter

Frank Jensen
Kongedybet 8, 4. th., 2300 København S

Niels Kragelund
Købmandsgården 18, 8680 Ry