

## **Suchtgefahr von Handys und mögliche Auswirkungen von Handynutzung auf die Gesundheit**

*„Handynutzung macht dick, dumm und krank“*

Zu diesem Fazit kommt die **BLIKK-Studie 2016** **initiiert von der RFH Köln** zusammen mit dem **Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte**

**Prof. Dr. Spitzer**, Deutschlands bekanntester Hirnforscher nennt Handys **„Lernverhinderungsmaschine“** und warnt vor einer **„Digitalen Demenz“**

Aber was ist dran und *warum wird trotz wissenschaftlicher und alarmierender Studienlage* die Digitalisierung an Schulen und der Konsum digitaler Medien für Kinder weiter ohne Schutz der Gesundheit vorangetrieben? Warum treiben nordische Länder, die sehr viel früher mit der Digitalisierung begannen, bereits wieder eine Umkehr voran?

**Was sind Fakten**, was sind Mythen und was können wir selbst tun?

Wann können wir von digitaler Sucht sprechen und wie erkennen wir diese Anzeichen oder gar Symptome bei uns aber auch unseren Kindern?

**In diesem Vortrag sollen nicht nur Fakten geliefert werden, die zum Nachdenken anregen, sondern es darf auch selbst experimentiert werden.**

**Zu mir - Sabine Huber**

Osteopathin, Kinderosteopathin, Heilpraktikerin, Wildnispädagogin, Mutter und Oma

Nach langen Jahren von Schwäche und Unwohlsein, Kränkeleien und viel Kopfschmerzen, habe ich letztendlich erkennen dürfen, dass ich empfindlich auf Mobilfunkstrahlung und Strom reagiere. Sobald ich keinen Feldern ausgesetzt bin, bin ich völlig gesund.

Die darauffolgende Zeit setzte ich mich mit diesem Phänomen intensiv auseinander, was für die Familie nicht immer leicht war, aber viele Erkenntnisse brachte. Heute kann ich nun zu diesem Thema sowohl als stille Beobachterin der Freunde meiner Kinder, als auch wissenschaftlich recherchierende Forscherin, Therapeutin und Medizinerin, Bürgerinitiativen Teilnehmerin und Mutter im Gespräch mit anderen Eltern, viel aus der Erfahrung erzählen und vor allem auch erklären, was die Industrie zum Teil unter den Tisch kehrt.

In den letzten Jahren habe ich begonnen Räume zu erschaffen, die noch frei sind von zu viel Funk, diese zu schützen und Menschen zu zeigen, wie kostbar solche Erholungsräume für die Gesundheit sind. Es entstand ein Konzept für Digital Detox Kurse und Events in der Natur für Kinder und für Familien. Aber im Grunde beginnt es damit, das eigene Telefon in der Tasche in den Flugmodus zu schalten, wenn es nicht benötigt wird, Push-Up Nachrichten zu deaktivieren und zu Hause das W-LAN auszuschalten, wenn kein Bedarf dafür ist.

Ich freue mich auf Sie