

חמצן להמונים

(המשך מעמוד 3)
 לחשוד שותפים — איזה הגיון שבעולם יכול היה להיות המשך האיסור? מובן שאיסור כזה אינו יכול להיות יעיל. כי המדינה עקבה בנשימה עצורה אחרי הפרשה, ואיסור מסוג זה לא יכול היה להחזיק מעמד יותר מיום-יומיים. ואכן, עיתון-בוקר אחד (דבר) פירסם את השם המפורש. שאר העיתונים פירסמו טורים על גבי טורים של סיפורים אישיים על החשוד, כך שכל אדם שאי-פעם נתקל בו יכול היה לזהותו בנקל. דובר על מיקצועו, מקום מגוריו, חברתו, פרשות פליליות מסוימות שבהן היה מעורב בעבר (עם כל הפרטים המזוהים), ועוד ועוד. בשלב זה כבר היה איסור-הפירסום מגוחך, והתרוקן מכל תוכן. הסיבות שהובאו כדי להצדיק לא היו אלא אמתלות, המפכ"ל דיבר על מיסדר-זיהוי, הרי זה נכון כימעט לגבי כל חקירה, גדולה וכו' קטנה, ואין המישרה מבקשת בהן איסור-פירסום.

יתושים

או שותפים?



כאשר יוסקו הלקחים מפרשה עגומה זו — במיסגרת חקירה יסודית, מקיפה ואחראית — יהיה צורך לנתח גם את הצד הזה של העניין, ולקבוע נוהלים הגיוניים.

עד אז חוששני כי קציני-מישרה רבים ימשיכו להתייחס אל כלי-התיקשורת כאל יתושים מטרידים שיש לסלק אותם, ולא כאל משרתי-ציבור כמוהם, שיש להם תפקיד ציבורי חשוב לא פחות מתפקידם שלהם, ושהם יכולים להיות שותפים חשובים באחריותם בכל עניין. גם המפכ"ל ביסס את האופטימיות שלו לגבי אי-הישנות פרשות כאלה בעתיד על "יחס הציבור" לפרשה. מי גרס לכך, אם לא כלי-התיקשורת?

אחד התפקידים של העיתונות בפרשה כזאת היא לחשוף פגמים, להתריע נגד ליקויים ולמתוח ביקורת אחראית. העולם הזה צודק גם הפעם בראש במילוי תפקיד זה, למן הרגע שבו הותר הפירסום לראשונה, והוא החריף את הביקורת ככל שנחשפו פרטי המעשים והמחוללים של המישרה.

אם המטרה היא להביא לייעול המישרה, להגברת המילחמה בפשע ובמניעת פרשות טראגיות נוספות מסוג זה — מילוי תפקיד זה הוא חיוני.

סליחה

טעות בציר



על הסכנות הכרוכות במדיניות של איסור-פירסום של שמות חשודים, מלמד הסיפור הבא, שסיפר לי העיתונאי ג' עיטור.

"טילפן אלי צייר ואמר שהוא רוצה לדבר עימי, בקשר לתערוכה שלו. העומדת להיפתח. הוא אמר שהעניין דחוף, כי בעוד יומיים הוא עומד לצאת לשרות-מילואים של שבועיים. הוא רצה לבוא אלי מייד בפולקסוואגן שלו, כדי להראות לי איורים שלו לסיפריילדים."

נחש מי האיש, שאל עיטור.

מה יש לנחש? ענית. הרי ברור שזה האיש שחטף את הילד.

לא, אמר עיטור. דיברתי על יפתח אלון, בנו של יגאל אלון ז"ל. יש לו פולקסוואגן. הוא עומד לפתוח תערוכה משלו. הוא צייר איורים לסיפריילדים.

הוא עמד לצאת למילואים. מכיוון שכל הפרטים זהים, היו שחשבו עליו, ברגע שקראו את הידיעות הסתומות על החשוד בעיתונות.

כך, על כל פנים, סיפר עיטור בשם יפתח.

מעניין כי דווקא השבוע קיבל ביתר המישפט העליון של ארצות-הברית, ברוב של 1:7, החלטה עקרונית הקובעת כי מישפט פלילי בכל שלביו — כולל השלב שלפני המישפט עצמו — חייב להיות פתוח לקהל ולעיתונות. בהתאם לחוקה האמריקאית.

"בלי הזכות להיות נוכחים במישפט כזה, הקיימת מזה דורות, יתרוקנו מתוכנם מרכיבים חשובים של חופש-הביטוי ויחופש-העיתונות," קבע בית-המישפט. מור-תר לחרוג מכך רק כאשר קיים אינטרס ציבורי "מכריע" — ובמקרה זה חייב השופט לציין בכתב מהו האינטרס הזה.



מתעמדת שנשברה קצת מישמעת עצמית

הנקרא "מחול אירובי אל"ף" — עשר דקות של עבודה מאומצת, בקצב הדיסקו. אחריו יש שוב בדיקת-דופק, ושוב תרגילים מארציים, שבהם מגיע הדופק ל-140 עד 160 פעימות בדקה.

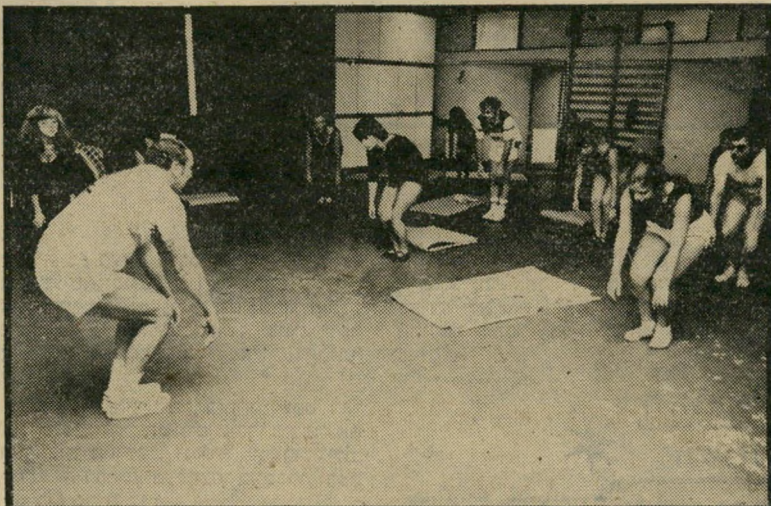
המדריך בן-בסט, עוסק בספורט כבר יותר מ-25 שנים. לדבריו, ההתעמלות ה-

על מערכות הדם והנשימה. לדברי המדריך, מוטי בן-בסט, מופעלים בהתעמלות זאת יותר מ-620 שרירים בגוף.

המחול הופך אירובי, אם הוא אינטנסיבי דיו להביא לשאיפת כמויות מוגברות של חמצן לאורך זמן, להבדיל מפעילות אנאירובית, שהיא כל תנועה התחלתית, כמו



מתעמדת בעת השידור היעד: 160 פעימות בדקה



בן-בסט בפעולה גברים ונשים ביחד

קימה מכיסא. הנעשית ללא צריכת חמצן בכמות מוגברת.

בחלק הראשון של השיעור ניתנים כמה תרגילי-חימום, ואחר כך בודקים המתעמלים לעצמם את הדופק. דופקו של רץ למרחקים ארוכים, למשל, מגיע ל-40 פעימות בדקה. כאשר הוא מתאמץ יכול הדופק שלו להגיע ל-160. אדם רגיל דופקו הממוצע הוא 60-90. בפעילות מאומצת יכול הדופק להגיע ל-200 פעימות בדקה, ואז, כדי שהגוף יגן על עצמו, מתעלפים.

סבתות

מתעמלות

מרת השיעור היא להגביר את ה"כושר הגופני, ולהביא את הדופק ה"בסיסי של המתאמן למינימום.

כל הנרשמים לשיעור חותמים בעיריה על טופס שבו הם מצהירים כי הם בריאים לחלוטין, ולא יבואו בדרישות לעיירה במיקרה של אסון.

אחרי התרגילים הראשונים יש שלב