



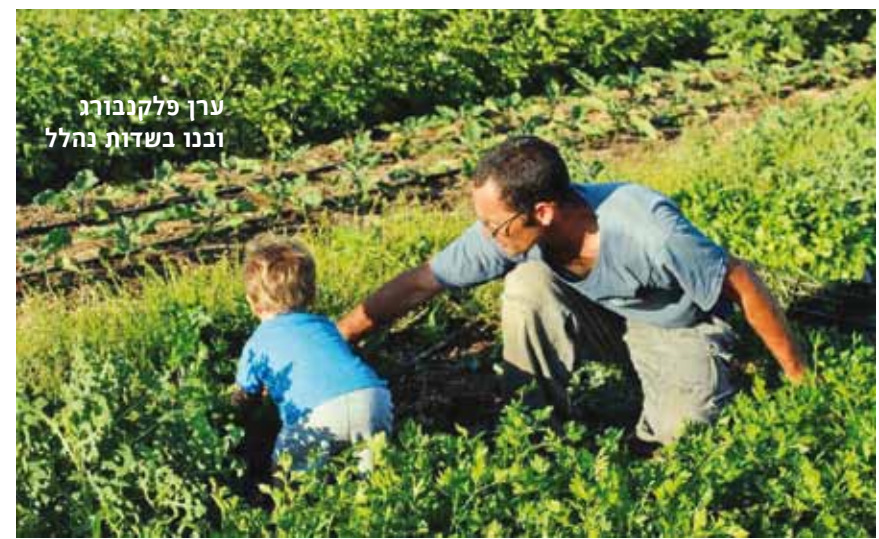
הירקות של "ח'ביזה", לא רחוק מלטרון

בבוקר בשדה, בערב אצלכם בבית

ברבה אנשים חושבים שכל הסיפור של הירקות האורגניים הוא קשקוש. הם אומרים: "מי ערב לי שבאמת מגדלים אותם בלי חומרים מסוכנים?" השכל הישר שלי אומר שאם אפשר, עדיף לאכול עגבניה שגדלה בלי חומרי הרברה ודשנים כימיים, ואני יודעת שיש היום פיקוח ממשלתי קפדני על המגדלים האורגניים (בקשו לראות את האישור). יש ברחבי הארץ חוות גידול בשיטת "חקלאות בשיתוף הקהילה": נרשמים כחברים ומקבלים פעם בשבוע ארגו, שמכיל את מה שנקטף מהשדה באותו היום. אני ממליצה כאן על שתי חוות שאני מכירה היטב וסומכת עליהן:

חווה "ח'ביזה", באזור לטרון, שמשווקת בירושלים, תל אביב ובכל הסביבה. יופי של מקום, הבעלים הם אנשים בעלי חוון שנותנים את הנשמה לשרה שלהם. chubeza.com

חווה "ערן הגנון", הרי הוא ערן פלקנבורג, חבר קיבוץ גיר דוד, שמגדל בשדות נהלל גן ירק אקולוגי מקסים ומשווק לכל הסביבה באותה שיטה. ארגו עד הבית. ובהזדמנות זו אתם יכולים כבר להכיר גם את אשתו, עופרי זוטא, שהיא שפית של אוכל בריאות. eranhaganan.com



ערן פלקנבורג ובונו בשדות נהלל

צילום: חנה נצר-כהן, עפרי זוטא, ASAP Creative

מסתירות מידע", היא עונה. "אבל לרעתך, היה כאן תחכום בהתנהלות. אני סבורה שהיתה כוונה לבצע מחקרים בשנים הראשונות לשימוש, כשכל מרדע מביין שעד או עוד לא הייתה תקופת חשיפה מספקת להסקת מסקנות מדעיות מוכחות. והם ידעו שהציבור לא יוכל לעשות את ההבחנה בין 'אני לא רואה נוק' לבין 'אני לא יכול עדיין לראות נוק'. מחקרים נעשים כל הזמן, בארץ ובעולם, רק שהחוקרים נוהרים מאוד מלצאת בהצהרות חרימשמעיות".

אז מה בכל זאת אפשר לעשות?

פהכיר את הממצאים ולדעת איך להשיג תמשי במכשיר, אומרת פרופ' סדצקי. "כמו שידועים שהמכונות מסוכנות ויש תאונות דרכים, אבל ממשיכים לנסוע ולומדים למוער נוקים, חוגרים חגורות בטיחות ולא נותנים לידים לנהיג".

● **אז מי יכול לדבר בסלולרי?** "קודם כל, לא ילדים רכים. מבחינתי, כשאני רואה פעוט בן שנתיים יושב בעגלה, אוזן בטלפון הסלולרי ומכניס אותו לפה, זה ציילד אביו. אני ממליצה להרחיק סלולרים מילדים קטנטנים משום שהרקמות שלהם עדיין רכות ונמצאות בתהליך השתנות וצמיחה, ולכן פוטנציאל הנוק הבריאותי אצלם גדול יותר. הייתי מעדיפה שגם ילד בכיתה א' עוד לא ישתמש בסלולרי, אבל אז המכשיר הופך להיות כבר מרכיב חברתי, וזה סיפור אחר".

● **איך נכון לדבר בטלפון הסלולרי?** "למרחק יש חשיבות עצומה. ככל שמתרחקים מהמכשיר, כך יורדת רמת הקרינה. מוטב שהמכשיר לא יהיה צמוד לראש ולאוזן. חשוב לדבר עם אוזניה שמאפשרת את הרחקתו מהגוף. בלילה, כדאי לא לטעון את הנייד קרוב לראש, עקב קרינה מהטרנספומטור. מוטב לטעון במרחק של כשני מטר לפחות. אצלנו בבית, משתמשים בטלפון קווי, בנוסח הישן. צריך לזכור שגם הטלפון האלחוטי פולט קרינה".

● **מהו משך הזמן שאפשר לדבר ללא סכנה?** "אי אפשר לנקוב בזמן מדוייק, אבל מוטב לא להגזים. יש מחקרים שמראים שיש אנשים שמסתכלים על המכשיר 60 פעם ביום. צריך להבין שיש השפעה לזמן השימוש. המידתיות חשובה".

אחרי הפגישה איתה הפסקתי לחלוטין להציג מיד את המכשיר לאוזן, אני משתמשת באוזניה או מפעילה את הרמקול. וגם, הפסקנו לטעון את הסלולרים בשקע שליד המיטה. ועוד משהו: אני לא שמה את המכשיר בכיס ומשתדלת שבו כלל לא יהיה אצלי על הגוף.

האם הסלולרי באמת מסרטן?

זה מה שהלכתי לשאול את פרופ' סיגל סדצקי, המנהלת את היחידה לאפידמיולוגיה של סרטן ושל קרינה במכון גרטנר בתל השומר

שלא כדרכי, אני רוצה הפעם לדבר על נושא כבר, קשה. מחלת הסרטן. אני לא יודעת איך זה אצלכם, הלוואי שתמונת המצב שלכם שונה לחלוטין, אבל בסביבה שלי המון אנשים חולים בסרטן. ממש מגיפה. אומרים לי שזה הגיל, ועם הגיל עולה התחלואה, אבל לצערי, אני מכירה גם אנשים צעירים, בני שלוש שנים פלוס שחולים במחלה. האם אלו המים? האוכל המהונדס? האוויר המזוהם? החור באוויר? או אולי שפע המכשירים האלקטרוניים שמקריינים עלינו ומסכנים את בריאותינו?

כבר שנים אני חושדת שהטלפון הנייד אינו מכשיר תמים כמו שהוא נראה. בראשית שנות האלפיים התפרסמו פה ושם מאמרים שקבעו שלא נמצאו הוכחות לכך שהסלולרי מסי



נעשים, בארץ וברחבי העולם, אלא שהחוקרים והירים מאוד מלצאת בהצהרות חרימשמעיות עם זאת, לפי המחקרים שהיא שותפה להם או עומדת בראשם, אומרת פרופ' סדצקי בהירות גדולה שיש ראיות לכך שהחשיפה לסלולרי מעלה את הסיכון לפתח סרטן בלוטות הרוק או גידולי מוח ממאירים. "האם את חושבת שיש כאן קונספירציה?", אני שואלת אותה, "שכמו שיצרני הסיגריות של פעם הסתירו מהציבור מידע שהיה ידוע להם, כך גם חברות הסלולר מסתירות את האמת מפנינו?"

"לחברות האלה אין ידע שאין לנו. הן לא

השבוע

✓ **הקשבת:** כמו תמיד, כשמתאפשר, לתוכנית הבוקר של קרן נויבר ברדיו. היא חכמה, אמיצה ויוצאת דופן.

✓ **הוקסמתי:** מהסרט "החופשה הסקוטית שלי". ממתק קיץ אינטליגנטי ומקורי.

✓ **ראיתי:** צב. פעם היו בשדות המון צבים. היום הם חיה מוגנת בסכנת הכחדה.

