

تقرير

الندوة شبه الإقليمية حول التثقيف الغذائي في دول الخليج العربي

(البحرين ٢٦-٢٨ يناير ١٩٨٧)

إعداد
د. شوقي داغر
إلى جانب
قسم التغذية
بوزارة الصحة



س - عبدالرحمن

منظمة الأغذية والزراعة
مكتب الشرق الأدنى
لشئون التغذية



دولة البحرين
وزارة الصحة



تقرير

الندوة شبه الإقليمية حول التثقيف الغذائي
في دول الخليج العربي
البحرين ٢٦ - ٢٨ يناير/ كانون الثاني ١٩٨٢

اعداد

دكتور شوقي داغر
مستشار التغذية - منظمة الأغذية والزراعة
بالتعاون مع
قسم التغذية - ادارة الصحة العامة
وزارة الصحة - البحرين

- تقرير الندوة شبه الاقليمية حول التثقيف الغذائي في دول الخليج
- اعداد د . شوقي داغر وقسم التغذية بوزارة الصحة - البحرين
- وزارة الصحة ، البحرين ومنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة
- الطبعة الأولى سبتمبر ١٩٨٧
- تصميم الغلاف الفنان محمود اليماني
- رقم الايداع في المكتبة العامة ٥٠٥ د.ع / ١٩٨٧
- طبع بالمؤسسة العربية للطباعة والنشر - البحرين

المحتويات

الصفحة

الموضوع

الجزء الأول : وقائع الندوة وتوصياتها

٣ المقدمة
 جلسات العمل
 الجلسة الأولى : أهمية الأساليب الموجهة للجمهور في عملية التثقيف الغذائي ونشاطات بعض المنظمات الدولية في ذلك
٤
 الجلسة الثانية : عرض لتجارب بعض الدول في مجال التثقيف الغذائي
٥
 الجلسة الثالثة : الأوراق القطرية للدول المشاركة
٨
 الجلسة الرابعة : أ - نشاطات منظمة اليونيسيف في حقل التثقيف الغذائي
٩
 ب - أعمال وتقارير اللجان
١٠
١٦ التوصيات

الجزء الثاني : الأوراق المقدمة في الندوة

 واقع وأهمية استعمال وسائل الاعلام في التثقيف الغذائي في منطقة الشرق الأدنى - هانده النجار
١٩
 أهمية التثقيف الغذائي في بلدان الشرق الأوسط ومدى استفادته من أساليب الاعلام الموجهة للجمهور - شوقي دافر
٤١
 التثقيف الغذائي ومثقلته في مناهج علم الأحياء - غازي أبو شقرا
٥٠
 التثقيف الغذائي في البحرين - عبدالرحمن مصيقر
٥٦
 التوعية الغذائية في المملكة العربية السعودية - عبدالعزيز العثيمين
٦٧
 فعاليات وأنشطة التثقيف الغذائي في الكويت - عاليه الشاوي
٧١

الجزء الثالث : الملاحق

٨١ ملحق رقم (١) - برنامج الندوة
٨٤ ملحق رقم (٢) - كلمة وكيل وزارة الصحة بدولة البحرين
٨٦ ملحق رقم (٣) - كلمة ممثل منظمة الأغذية والزراعة الدولية
٨٩ ملحق رقم (٤) - أسماء السادة المشاركين في الندوة

الجزء الأول : وقائع الندوة وتوصيتها

المقدمة

أ - الغرض من الندوة

أبدت دول الخليج العربية اهتمامها بالدور الذي يلعبه التغذية الغذائي في تحسين العادات الغذائية لأفراد المجتمع وذلك باتصالاتها مع منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة . وقد أسفرت هذه الاتصالات عن الاتفاق على عقد ندوة حول التغذية الغذائي في دول المنطقة . ولقد سبق لدول الخليج العربية أن اجتمعت في فبراير ١٩٨١ وذلك لغرض وضع الأولويات والمواضيع لبرنامج الارشاد الصحي (سلامتك) والذي يبيث من خلال الاذاعة والتلفزيون في دول المنطقة ويعتبر هذا البرنامج من أنجح برامج التغذية الصحي في المنطقة الآن التغذية لم تأخذ الحيز الكافي في هذا البرنامج . لذا اتجهت النية الى عقد لقاء يقتصر على استخدام أساليب الاعلام الموجهة للجمهور في نشاطات التغذية الغذائي في دول الخليج .

وتتلخص أهداف الندوة الحالية في استعراض ومناقشة الأساليب الحديثة المتبعة في برامج التغذية الغذائي بخاصة تلك الموجهة للجمهور ، وحرص تجارب دول المنطقة في هذا المجال والبرامج الجارية تنفيذها حالياً ، وتحديد أهم المواضيع والمشكلات الواجب معالجتها من خلال هذه البرامج ، مع مناقشة امكانية التعاون الاقليمي والشبه الاقليمي في انتاج برامج التغذية في الحقل الغذائي .

وكان برنامج الندوة المقترح (ملحق رقم ١) قد تم توزيعه بواسطة مكتب وزير الصحة في دولة البحرين بعد أن وجهت دعوات رسمية بواسطة الأمانة العامة للصحة لمجلس وزراء الصحة للدول العربية في الخليج .

وقد عقدت الندوة في مدينة المنامة بمبنى كلية الطب في جامعة الخليج بالبحرين من ٢٦ الى ٢٨ يناير ١٩٨٢ بمشاركة أخصائيين من المملكة العربية السعودية ودولة الكويت والسودان ومن الدولة المضيفة ، أي البحرين . كما شارك أيضاً في هذه الندوة ممثلون عن منظمة اليونيسكو ومنظمة اليونسيف بالإضافة الى منظمة الأغذية والزراعة العالمية التي رعت ونظمت هذه الندوة .

ب - الجلسة الافتتاحية

بدأت الجلسة الافتتاحية بتلاوة من القرآن الكريم ، ثم ألقى الدكتور راشد فليفل وكيل وزارة الصحة بدولة البحرين كلمة نيابة عن وزير الصحة رحب فيها بالوفود والمنظمات المشتركة ، ثم أعطى لمحة موجزة عن اهتمامات دولة البحرين بالمشاكل التغذوية ولفقت الانتباه الى أن البحرين قد اختارت شعار يوم الصحة العالمي لعام ١٩٨٢ " الغذاء ضمان لصحة كل طفل " . وتطرق سعادته بعد ذلك الى شرح مراحل تطور المجتمع

البحرينى والخليجى وكيف أثر الاعلان التجارى على عاداته الصحية والغذائية فزادت حدة بعض المشاكل التغذوية وبرزت الى الوجود مشاكل جديدة . وقد كان للتلفزة المحلية التأثير الأكبر فى هذا المضمار إذ أن سحر الصورة المرئية ساعد على تغير الكثير من العادات خاصة عند الأميين . وبما أن البرامج الثقافية لم تجار فى نشاطها البرامج الدهائية التجارية ، فان التغيير الذى حصل كان غالبا فى الاتجاه الخاطئ مما حتم التصحيح الجذرى والشامل قبل استفحال الأمور . لذلك وجب الاهتمام بالتربية العائلية وبدور المدارس فى التوعية الغذائية ومراقبة تجار المواد الغذائية لمنع استيراد المستحضرات الضارة بصحة المواطن . (نص الكلمة فى ملحق رقم ٢) .

ثم ألقى الدكتور عزالدين بوطريف ، المسؤول عن برامج الغذاء والتغذية فى المكتب الاقليمى للشرق الأدنى بمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة كلمة شكر فيها حكومة البحرين لاستضافتها للندوة وأشار الى الأهمية التى تعيها المنظمة والسودول الخليجية المشاركة لتأثير أساليب الاعلام الموجهة للجمهور على الوعي الغذائى لعامة الشعب . وأكد ممثل منظمة الأغذية والزراعة أن التحسن الملموس فى الحالة التغذوية الذى حصل فى العقد بين الأخيرين فى دول الخليج قد أزال العديد من أمراض سوء التغذية التى كانت متفشية فى الخمسينات والستينات غير أنه جلب للمنطقة مشاكل غذائية جديدة قد لا تقل خطورة عن المشاكل السابقة . وبين الدكتور بوطريف أن الوضع الاجتماعى السائد فى دول الخليج يحتم تنمية وتنشيط أسلوب التثقيف الغذائى الموجه للجمهور من خلال أجهزة الاعلام لأنه بذلك يمكن إيصال المعلومات والنصائح الى داخل المنازل والى الأمهات وربات البيوت اللواتى يلعبن دورا هاما فى تغذية أفراد الأسرة وفى التأثير على عاداتهم الغذائية . (نص الكلمة فى ملحق رقم ٣) .

جلسات العمل

أ - الجلسة الأولى : أهمية الأساليب الموجهة للجمهور فى عملية التثقيف الغذائى ونشاطات بعض المنظمات الدولية فى ذلك .

تضمنت الجلسة الأولى ثلاث ورقات تناولت بشكل عام برامج التثقيف الغذائى من خلال أساليب الاعلام الموجه للجمهور . فالورقة الأولى التى أعدتها الدكتورة عائده النجار قد تليت عنها بالنيابة بواسطة الدكتور عبد الرحمن مصيقر . نص الورقة الأصيلة موجود كاملا فى صفحة ١٩ ، أما ما قدمه الدكتور مصيقر فقد تضمن تعدادا للعناصر الرئيسية التى تضمن نجاح البرامج التثقيفية وشرحا موجزا عن كيفية تصميم هذه البرامج واختيار وسائل الاعلام المناسبة . وقد شرح المتحدث بأسهاب مزايا وسائل الاعلام المختلفة من صحف ومجلات الى الراديو والتلفزيون ثم الملتصقات وطرق الاتصال المباشر (وجهها لوجه) وأخيرا

تطرق الى خصائص الشخص الذي يمكن أن يقوم بعملية الاتصال والى محتوى الرسالة الاعلامية .

أما الورقة الثانية والتي ألقاها الدكتور شوقي دافر فقد تناولت مقدمة موجزة عن أهمية التثقيف الغذائي خاصة في حقل الطب الوقائي . ثم شرح المتحدث بعد ذلك الوضع الغذائي والتغذوي في دول الخليج وأهمية التثقيف الغذائي في سبيل تحسين الحالة الصحية العامة . وقد ركز المتحدث على أهمية الاذاعة والتلفزيون في بث المعلومات الغذائية الصحيحة بفعالية كبيرة وبوقت قصير وشدد أيضا على ضرورة استعمال نتائج المسوح الغذائية لمعرفة نقاط الضعف الواجب معالجتها والقيام بعملية مراقبة وتقييم متواصل لمعرفة مدى نجاح البرامج المتبعة في تغيير العادات الغذائية وزيادة الوعي الصحي والغذائي .

والورقة الأخيرة في هذه الجلسة كانت للدكتور غازي أبو شقرا ممثل اليونيسكو الذي تحدث عن التثقيف الغذائي ومترلته في علم الأحياء . وتناول الدكتور أبو شقرا في مستهل حديثه موضوع التربية الغذائية من حيث جذوره العميقة في تراثنا القومي وتفاعله مع العلوم البيئية ، كما شدد على أهمية التغذية المتوازنة للأجنة والمرضعات والأطفال وبالغين . وقد ركز المتحدث على أهمية المناهج الدراسية في المناخات المؤهلة لاكتساب ثقافة غذائية صحيحة . وقد استشهد المتحدث بتطورات تدريس التربية الغذائية في القطر العراقي في مراحل التدريس الابتدائي وفي المرحلة المتوسطة والمرحلة الثانوية الاعدادية . ثم تطرق بعد ذلك الى العادات والأنماط الغذائية المتبعة في مختلف مجتمعات العالم ومدى تأثير التثقيف الغذائي في تحسين هذه العادات . ثم استعرض حاجة الجسم الى الطاقة والبروتينات في جميع مراحل الحياة ونتائج سوء التغذية على الانتاجية والصحة والنمو . وكان ختام الورقة استعراض بعض اللوحات التي بينت الحاجات الأساسية للأغذية والتحليل الشامل لبعض أصناف الأغذية الشائعة .

ب - الجلسة الثانية : عرض لتجارب بعض الدول في مجال التثقيف الغذائي .

١ - تجربة تونس من خلال برنامج الدكتور حكيم - هزالدين بوطريف :

أظهر المسح الغذائي الشامل الذي جرى في تونس سنة ١٩٧٥ وجود مشاكل عديدة من حالات سوء التغذية بين الأطفال والمرضعات والحوامل وغيرهم من فئات السكان في المدن والأرياف .

من جملة الوسائل التي استخدمت لتحسين الحالة الغذائية لسكان البلاد كان البرنامج الاذاعي " الدكتور حكيم " الذي بدأ تنفيذه سنة ١٩٧٧ باعتماد الأسلوب الاذاعي القصير . وكان معدل مدة الرسالة يتراوح بين ١٥ - ٢٠ ثانية يجري بثها

فى فترات الاستماع المفضلة وتعاد اذاعتها عدة مرات يوميا بعد فاصل موسيقى خاص قبل وبعد القا' النصيحة . ولتدهيم هذا النشاط الجديد جرى فى نفس الوقت تنشيط قسوى لعملية الاتصال المباشر فى مراكز رهاية الأم والطفل المنتشرة فى مختلف مناطق الجمهورية التونسية . ولقد تم اجراء' عمليتين لتقييم هذا البرنامج ، الأولى بعد ستة أشهر من بد' تنفيذه والثانية بعد ست سنوات . التقييم الأول أظهر أن نسبة الاستماع كانت حوالى ٨٠ ٪ من السكان ، أما نسبة المستمعين الذين قاموا بتطبيق المعلومات فكانت حوالى ٢٢ ٪ والناتج نفسها تقريبا وجدت فى عملية التقييم الثانية ، أى أن نسبة المستمعين من الفئات المستهدفة كانت عالية بينما بقيت نسبة التطبيق على حالها بمقدار ٢٥ ٪ تقريبا . وفى محاولة لتفسير هذه الظاهرة ، عزا المراقبون قلة رغبة المواطنين فى تطبيق النصائح التى عدم تمكنهم من تغيير نمط استهلاك الغذاء وذلك لضعف قدراتهم الشرائية وصعوبة الحصول على المواد الغذائية الموصى بها . هذا ، ويسود الاعتقاد الآن أن الملططات المحلية مازالت ماضية قدما فى تقديم البرنامج وعلى فترات بث أطول من السابق ، مع احتمال ادخال البرنامج الى حلقات التلفزة المحلية وتركيز الاهتمام على توجيه النصائح المتعلقة بالحوامل والمرضعات والأطفال الصغار الذين هم أكثر تعرضا لحالات سوء التغذية .

٢ - تجربة السودان فى مجال التثقيف الغذائى لوجبات الفطام : الدكتور حافظ الشاذلى

ان معدل وفيات الأطفال فى الدول النامية مرتفع بالنسبة للدول المتقدمة والخطورة تكمن فى أن الأطفال الذين يبقون على قيد الحياة فى هذه البلدان لا يتمتعون فى أغلب الأحيان بصحة جيدة . من أحد أسباب سوء التغذية عند الأطفال فى السودان هو تكرار الحمل عند النساء وسوء حالة الأمهات الغذائية ، فيولد الأطفال ناقص الوزن ويبقى معدل نموهم بطيئا فى السنين الباقية من عمرهم . ومن الأسباب الأخرى التى تساهم فى سوء التغذية عند الأطفال قلة الرضاعة المستمرة والكافية من ثدى الأم ، وادخال الأكل الاضافى الى برنامج الطفل الغذائى فى وقت مبكر بعمر ثلاثة أو أربعة أشهر . وغالبا ما تكون الاسهالات والالتهابات المتكررة من العوامل المسببة لحالات سوء التغذية كما وأن بعض العادات المتبعة تساهم أيضا فى سوء التغذية عند الأطفال . ومن هذه العادات :

- وقف الرضاعة عند الحمل الثانى مهما كان عمر الطفل الأول .
- عدم تناول اللحم (لحم الجمال) عند الحمل للاعتقاد بأنه يطيل فترة الحمل .
- عدم توازن وجبات الفطام عند الأطفال .

هذا وقد جرى فى السودان تطوير مستحضر خاص لوجبات الفطام يشمل على طحين الذرة والحليب والبيض . وقد اعتمد على تدريب بعض النساء المحليات على تحضير هذا الطعام حيث تم بتعليم الأمهات بطريقة جماعية ومرة كل أسبوع على تحضير وجبات الفطام باستعمال المقاييس المترلية . فكانت اللقاءات التدريبية هذه مناسبة اجتماعية تجتذب الكثير من

النساء وفى الوقت نفسه تؤمن الغذاء الجيد للطفل مرة فى الأسبوع على الأقل •
ومن الوسائل الناجحة فى الاتصال مع الآباء كانت أئنا تجميعهم فى الأسواق المحلية
اذ يجرى اجتذابهم بواسطة الموسيقى والأغاني المحلية ، ثم يجرى النقاش معهم بموضوع
الطعام أو فى المراكب النهرية حيث وسائل الترفيه والتسلية غير موجودة والمحاذثة فى
أمر التغذية تساعد على قضاء الوقت •

٣ - تجربة حافلة (باص) التثقيف الغذائى فى المجتمعات المحلية فى البحرين :

بدريه عقيل وجميله عتيق

تبين للمسؤولين فى دولة البحرين أن قسما من نساء البحرين لا يستطيع المساهمة فى
برامج التوعية الغذائية بطهقة فعالة وذلك لصعوبة توفر خدمات النقل وللظروف الأسرية
التي تحتم على المرأة عدم مغادرة البيت لفترة طويلة من الزمن • لذلك انتهت فكرة
(الباص) الغذائى وهو عبارة عن (باص) متقل مجهز بجميع احتياجات تنفيذ برامج
التوعية الغذائية • ولقد بدأ تشغيل هذا (الباص) سنة ١٩٨٣ بهدف نشر الوعي
الغذائى بين الأمهات الحوامل والعرض • وكان يتم الاعداد لهذا البرنامج على النحو
التالى :

- ١ - زيارة المجتمعات المحلية والتعرف على الأوضاع والمشاكل الغذائية السائدة •
- ٢ - اجراء مسح محلى بسيط أو تطبيق استمارات قياس المعلومات لتحديد الأوضاع
السائدة والمشاكل الغذائية القائمة •
- ٣ - وضع برامج التوعية الغذائية الكفيلة بمعالجة الأوضاع الغذائية فى كل من المجتمعات
المحلية استنادا الى نتائج المسح الأولى •
- ٤ - وضع برامج التوعية ضمن امكانات الأسر المادية والتعليمية •
- ٥ - التعرف على خصائص الفئة التي سوف توجه اليها البرامج •
- ٦ - تحضير المواد التثقيفية ووسائل الايضاح المطابقة لبرامج التوعية الغذائية •
- ٧ - تحديد معدل ٦ حلقات توعية غذائية فى كل برنامج ولكل مجتمع محلى •
- ٨ - العمل على الاعلان المسبق لخطة (الباص) الغذائى لتهيئة الأمهات لحضور
البرنامج وتشجيعهن على ذلك •
- ٩ - تقييم دورى للبرامج التي تنفذ فى (الباص) للوقوف على سلبياتها وايجابياتها
والعمل على تطويرها •
- ٤ - تجربة مؤسسة الانتاج البرامجى المشترك لدول الخليج العربى " برنامج سلامتكم "

الدكتور محمد الخطيب

كان عمر مؤسسة الانتاج البرامجى المشترك لدول الخليج العربى ست سنوات عندما تم
سنة ١٩٨٢ بث الحلقة الأولى من البرنامج التلفزيونى " سلامتكم " الذى كان هدفه الارشاد
الصحى للجميع • فكان لموضوع رعاية الأمومة والطفولة ، السلامة والأمان ، التربية الصحية

في مجال التغذية ، صحة البيئة ، الأمراض الانتقالية ، الصحة المدرسية ، الصحة الشخصية والخدمات الصحية نصيب كبير في هذا البرنامج . وقد بلغ مجموع ساعات البحث في تلفزيونات الخليج حوالي ٦٦ ساعة شملت ٥٢ حلقة في القسم الأول من الانتاج ، و ٧٨ حلقة في القسم الثاني بالإضافة الى ٣٨٠ رسالة لخصت أهم المواضيع في القسم الأول والثاني من الانتاج . وقد ركز المتحدث على أن الأهداف الرئيسية للبرنامج كانت التثقيف الصحي للجمهور وتغيير سلوكه وعاداته بطريقة ايجابية . أما الاهتمام بالغذاء والتغذية فكان هامشيا ينحصر في حلقات قليلة .

ج - الجلسة الثالثة : الأوراق القطرية للدول المشاركة

١ - ورقة دولة البحرين : الدكتور عبد الرحمن مصيقر

بدأ الاهتمام الجدي بالتثقيف الغذائي في البحرين سنة ١٩٧١ من ضمن العمل ببرنامج التوعية الغذائية من قبل وزارة العمل والشؤون الاجتماعية . وقد كان هذا المشروع ضمن خطة ادماج المرأة في التنمية والذي استمر حتى سنة ١٩٨١ . إلا أن مشروع التوعية الغذائية واصل العمل بعد ذلك بشكل مستقل وكمشروع قائم بحد ذاته . وأهم الهيئات والمنظمات التي تقوم بنشاطات في حقل التثقيف الغذائي هي وزارة الصحة ، وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ، منظمة اليونيسيف وبعض الجمعيات الأهلية . وأهم المواضيع التي يجري معالجتها تتعلق بصحة وتغذية الأم الحامل والمرضع والطفل ، وبالأمراض المرتبطة بالتغذية ، وبالعادات الغذائية والقيم الغذائية لبعض الأطعمة المحلية . وقد دأبت جميع الجهات المشاركة على استعمال الكتيبات التثقيفية كوسيلة للتثقيف الغذائي وعلى استعمال أسلوب الاتصال الشخصي أو المواجهة المباشرة بشكل كثيف بينما كان استعمال الاذاعة الصوتية والتلفزيون والملصقات محدودا جدا وانحصر على المناسبات وعلى بعض الموضوعات في القليل من البرامج .

ومن المشاكل التي تعترض تنفيذ برامج التثقيف الغذائي في دولة البحرين النقص الموجود في عدد المتخصصين وفي التخطيط لبرامج التثقيف الغذائي ، يضاف الى ذلك ضعف التنسيق بين الجهات ذات العلاقة وتعدد قنوات البحث التلفزيوني والاذاعي في نفس المنطقة الجغرافية .

٢ - ورقة المملكة العربية السعودية : عبدالعزيز العثيمين

التثقيف الغذائي في المملكة العربية السعودية هو أحد أوجه التثقيف الصحي الذي تقوم به ادارة التوعية الصحية بالطب الوقائي بوزارة الصحة وفي فروعها السبعة عشر المنتشرة في جميع أنحاء المملكة . كما تقوم ادارة التغذية بالطب العلاجي بنفس الوزارة بأنشطة مختلفة تتعلق بالتثقيف الغذائي ، بينما تقوم وزارة المعارف بدور التوعية الغذائية من خلال المناهج الدراسية . أما مستشفى الملك فيصل التخصصي فانه يقوم بتقديم التوعية

الغذائية والتعليم بأصول الحمية الغذائية التي تلزم كل مريض حسب متطلبات مرضه . أما برامج التثقيف الغذائي الموجهة للجمهور فانها تعالج المواضيع التالية : الرضاعة الطبيعية والصناعية ، تغذية الأطفال المصابون بالاسهال ، وجبة الافطار ، التوازن الغذائي ، التغذية في ضربات الشمس ، صحة الطعام وغيرها من المواضيع . ويستعمل لمعالجة هذه المواضيع أسلوب المقابلات المباشرة وقنوات الاعلام العام من اذاعة وتلفزيون . ولكن البرامج الاذاعية تواجه نقصا في العنصر البشري المدرب خاصة النمائى منه لتغطية البرامج العديدة الواجب بثها وذلك لاتساع رقعة المملكة واختلاف جغرافيتها وهادات سكانها من منطقة الى أخرى .

٣ - ورقة دولة الكويت : الدكتور عالية الشاوي

لم تتناول ورقة الكويت نشاط هذه الدولة في مجال التثقيف الغذائي من خلال الأساليب الموجهة للجمهور ، بل ركزت في غالبية ما قدمته على برامج التثقيف الغذائي من خلال المناهج التربوية المتبعة حاليا . يكاد ينحصر التثقيف الغذائي في مراحل التعليم العام في دولة الكويت في مادة الاقتصاد المنزلي ، أما على مستوى التعليم العالي ، فان أصول التغذية تقدم كمقررات دراسية في كلية التربية ، والعلم الطبية والتعريض . وتقوم وزارة الصحة العامة بنشاطات التثقيف الغذائي من خلال خططها الوقائية والعلاجية . وتختلف برامج التثقيف الغذائي باختلاف القسم وباختلاف الفئة المستهدفة من خدمات ذلك القسم . أما وزارة الاعلام والجمعيات النسائية والثقافية وجامعة الكويت فانها تركز نشاطاتها على المحاضرات والندوات والمناقشات في الأسابيع الخاصة بالطفل والمرأة . ومن أهم التوصيات المتعلقة بالتثقيف الغذائي في الكويت والذي ناقشته هذه الورقة كانت الدعوة الى اجراء دراسات ومسوحات ميدانية لكشف الأوضاع التغذوية السائدة في البلاد واعداد خطة متكاملة ومبرمجة للتثقيف الغذائي ضمن سياسة عامة على المستوى الوطني .

د - الجلسة الرابعة : أ - نشاطات منظمة اليونيسيف في حقل التثقيف الغذائي

أليس سمعان والدكتور عبد الوهاب مكي

قام الدكتور مكي بشرح طبيعة ومجالات عمل منظمة اليونيسيف في دول الخليج ، فأفاد بأن نشاط المنظمة يتركز على مساعدة الوزارات المعنية على تطوير البرامج والنشاطات المختلفة . وتحاول اليونيسيف اقناع المسؤولين بوجود المشاكل الصحية والتغذوية كما تحاول الحصول على دعمهم لحل هذه المشاكل . وتشجع المنظمة جميع أوجه التعاون مع الخبراء الفنيين والأفراد المعنيين مثل الأبوبين وتحاول التنسيق بين الجهات ذات العلاقة على المستوى الحكومي والشعبي والمنظمات الاقليمية والدولية . ومن أهم المواضيع التي حاولت المنظمة معالجتها كانت التثقيف والارشاد الصحي والغذائي ، ودعم وتشجيع الرضاعة الطبيعية والتحصين ضد الأمراض والفظام ومعالجة الجفاف عند الأطفال وغيرها من النشاطات على مستوى الدول أو على مستوى المجالس العامة مثل مجلس التعاون

الخليجي أو مجلس وزراء الصحة العرب • ثم قامت الآنسة أليس سمعان بعرض مسهب
لنشاطات اليونيسيف في البحرين منذ سنة ١٩٨٢ انتهى بعرض مشوق وناجح لبرنامج محلي
اعلامى بالصوت والصورة يتناول العديد من المسائل الصحية والغذائية التي يواجهها
السكان في دولة البحرين •

ب - أعمال اللجان : بعد ذلك جرى تقسيم المشاركين الى ثلاث لجان وقد شملت كل لجنة
على أعضاء متخصصين وعلى خبير من منظمة دولية مشاركة كما روعي تمثيل جميع دول الخليج
في كل لجنة حسب الامكان • استمرت أعمال اللجان كل فترة قبل الظهر وقامت كل لجنة
برفع تقريرها ومناقشته في جلسة عامة • ووردت التقارير النهائية لهذه اللجان على الشكل
التالى •

اللجنة الأولى : تحديد فئات الجمهور الواجب تثقيفها ووضع قائمة بالمواضيع ذات الأولوية

بالنسبة للمنطقة في مجال التثقيف الغذائى •

الفئات المستهدفة

- ١ - المسؤولون وصانعو القرار •
- ٢ - الأمهات (ربة الأسرة والمرأة العاملة) •
- ٣ - الممارسون الصحيون وبخاصة الممرضات والأطباء والمثقفات الصحيات •
- ٤ - طلبة المدارس •
- ٥ - رب الأسرة •
- ٦ - خطباء المساجد ورجال الدين •
- ٧ - المشرفات والمشرفون (الأخصائيون) الاجتماعيون •
- ٨ - الشباب فى الأندية •
- ٩ - العاملون فى مجال تحضير واعداد الطعام •
- ١٠ - العاملات فى الجمعيات النسائية والأهلية •
- ١١ - فئات المرضى بخاصة أولئك الذين يحتاجون الى تغذية خاصة •

المواضيع ذات الأولوية

١ - تغذية الطفل الرضيع

- التركيز على الرضاعة الطبيعية بخاصة خلال الأربعة شهور الأولى من عمر الطفل •
- تذكر بعض الحلول لبعض المشاكل التى تعترض الأم المرضع مثل رفض الطفل للرضاعة
وأوقات الرضاعة ٠٠٠٠٠ الخ •
- التركيز على التدرج فى ادخال الأطعمة الاضافية للطفل بجانب الاستمرار فى الرضاعة
الطبيعية •
- تذكر أمثلة عن نوع وطريقة تحضير بعض الأطعمة الاضافية المقدمة للطفل الرضيع مع
الاهتمام بالأغذية الدارجة •

٢ - العادات الغذائية أثناء الحمل وفترة النفاس

- تصحيح بعض الاعتقادات الخاطئة المتعلقة بتغذية الأم الحامل والمرضع .
- تعطى أمثلة للأفذية الواجب تناولها أثناء فترة الحمل والنفاس .

٣ - تغذية الطفل ما قبل السن المدرسي (١-٥ سنوات)

- التركيز على أهمية التغذية في هذه المرحلة العمرية ومدى علاقتها بنمو وصحة الأطفال .
- تذكر بعض الحلول للمشاكل التي تصيب هؤلاء الأطفال مثل الإصابة بالأمراض المعدية وفقد الشهية ونقص أو زيادة الوزن .
- تعطى أمثلة للأفذية الواجب توفيرها لهؤلاء الأطفال مع التركيز على الأطعمة المتوفرة في البيئة المحلية .
- التركيز على أهمية هذه المرحلة العمرية في اكتساب الأطفال للعادات الغذائية الحسنة .

٤ - التغذية في السن المدرسي (٦-١٨ سنة)

- التركيز على أهمية الافطار لغزولة النشاط المدرسي .
- الاهتمام بالتغذية المدرسية ودورها في تعويض وجبة الافطار في حالة عدم تناولها .
- الاهتمام بالمشاكل الغذائية التي تصيب الأطفال في هذه المرحلة مثل فقر الدم والعمى والنحافة وتسوس الأسنان .
- الاهتمام بالتغذية في سن المراهقة .

٥ - التغذية أثناء المرض

- تنمية وهي المواطنين بأهمية التقيد بالأنظمة الغذائية عند الإصابة بالمرض مع التركيز على الأمراض التالية : مرض السكر ، السمنة ، ضغط الدم ، قرحة المعدة وفقر الدم .

٦ - الطرق الصحيحة في تحضير وطهي الأطعمة

- يتم التركيز على تصحيح بعض الممارسات الخاطئة في تحضير وطهي الأطعمة في منطقة الخليج .

٧ - العادات الغذائية

- التركيز على تصحيح بعض العادات الغذائية السيئة مثل الاسراف في تناول الطعام أثناء المناسبات الاجتماعية (رمضان والأعياد) .
- تعطى أمثلة لبعض العادات الغذائية الحسنة مع الاستشهاد بالعادات الغذائية المتبعة في الاسلام .
- تعطى معلومات عن القيمة الغذائية للوجبات الشعبية وكيفية تكاملها .
- الاهتمام بتناول بعض الأطعمة الشعبية المهمة مثل التمر وعسل التمر .

٨ - التغذية والرياضة

- التركيز على المجهود العضلى الذى يبذله الرياضى ومدى علاقته بنوع الأذذية الوجب تناولها •
- تعطى أمثلة لوجبات مختلفة تتناسب مع الألعاب الرياضية المختلفة والشائعة فى المنطقة •
- تصحيح بعض الاعتقادات الخاطئة المتعلقة بتغذية الرياضيين •

٩ - تغذية كبار السن

- تذكر أهم الأمراض التى يعانى منها كبار السن وارتباطها بالتغذية
 - تعطى أمثلة للأذذية التى ينصح بتقد يمها للكبار •
 - يركز على تحضير وطهي الأذذية لكبار السن بخاصة أولئك المصابون ببعض الأمراض •
 - يركز على الرهاية الصحية والغذائية لكبار السن وموقف الدين الاسلامى من ذلك •
- اللجنة الثانية : وضع الصيغ الملائمة لبرامج التثقيف الغذائى الموجهة للجمهور من ناحية المحتوى العلمى والأسلوب المتبع مع بعض الاقتراحات عن الشكل الفنى •

المرحلة الأولى :

- ١ - تحديد المشكلات التغذوية الرئيسية •
- ٢ - تخصيص كل موضوع برامجى بحلقة واحدة •
- ٣ - اختيار وسائل الاتصال المناسبة •
- ٤ - توصيف الاخراج الفنى •
- ٥ - اعتماد الأسلوب الأنجح •
- ٦ - اختيار الأمد الزمنى الملائم والتوقيت الأنسب •
- ٧ - اعداد برامج اضافية لتعزيز عملية التثقيف الغذائى •
- ٨ - اجراء عمليات التقويم الأولى والمستمر وتصحيح المسار •

المرحلة الثانية : المحتوى العلمى والاسلوب

- ١ - التأكد من صحة المعلومات العلمى والاحصائيات ومصادرها •
- ٢ - جعل المادة العلمى سهلة المتناول من قبل الجمهور بتبسيط المعلومات المبتوشة والمرتبطة بحياتهم اليومية ارتباطا وثيقا •
- ٣ - ابراز الجانب الوظيفى من المشكلة المثارة بغية الاستفادة من المنجزات وانعكاسها على انماط السلوك لتحسين الحالة الغذائية •
- ٤ - الاستعانة بخبرات متعددة الأغراض ، محلية ودولية لاضفا الطابع العلمى التربوى المتكامل كى ينجح فى توصيل المعلومة سعيا لتغيير العادات والممارسات الخاطئة •

- عرض نتائج العمل على مجموعة مختارة لاجراء فحص أولي روائزي قبل تعميمه .

المرحلة الثالثة : مثل تطبيقى

• أهمية وضرورة وجبة الفطور بالنسبة لطلبة المدارس *

- 1 - تأثير التخلّى عن وجبة الافطار عند الصغار وانطباعها على التخفيف من القدرة على التركيز وبذل النشاط .
- 2 - تؤدى هذه العادة السيئة بالطالب لتناول أطعمة غير سليمة وغير متوازنة من الباعة المتجولين وحانوتى المدرسة .
- 3 - الوسط الأمثل : التلفزيون .
- 4 - الاسلوب : اللعب والمحاكاة .
- 5 - الاخراج : العمل السوى والعمل الغير سوى (الخاطى) .
- 6 - التوقيت : فترة المساء الأولى .
- 7 - البرامج التعزيزية : اضافة بند فى المنهج التدريس يظهر أهمية الفطور من وجهة النظر العلمية على النمو الجسدى والنفسى الانفعالى والفكرى ويبين مضار ومسائى الطعام الغير سليم .
- 8 - التقييم : اعداد استبيان يطبق على الطلبة قبل وبعد عرض البرنامج للتعين من حصول تغيير سلوكى .

اللجنة الثالثة : مسودة مشروع شبه اقليمى لانتاج وتبادل برامج الاذاعة والتلفزيون الخاصة

فى التثقيف الغذائى

مبررات المشروع :

- تشابه المشاكل الغذائية فى دول المنطقة الى حد ما .
- النقص فى برامج الحوار التثقيفية السمعية والبصرية المحلية (غير المترجمة) .
- الانتشار النسبى للأمية خاصة عند الأمهات .
- عدم الاهتمام بالقراءة .
- تقارب كبير فى اللهجات الشعبية .
- انتشار الأجهزة الاعلامية فى كل المنطقة وسهولة البث فيها .
- قلة تكلفة الانتاج المشترك .
- امكانية ادخال الرسالة الى البيوت ومخاطبة جميع أفراد الأسرة .
- أهمية البرامج الوقائية لاستئصال أمراض سوء التغذية .
- سد النقص الموجود فى المتخصصين فى التثقيف الغذائى .
- تغطية الفئات المستهدفة بطريقة أشمل .

أهداف المشروع

- تحسين المستوى الصحى والتغذوى لسكان المنطقة •
- تعديل وتحسين المعتقدات والسلوكيات المتعلقة بالغذاء •
- توعية المواطن الخليجى بمسائل الجودة النوية للأغذية وحمايته من مخاطر تلوث الأغذية والغش التجارى •
- نشر الثقافة الصحية والغذائية بين مختلف فئات المجتمع •
- الاستفادة من الامكانيات الاعلامية الموجودة ومن الكوادر المحلية المدربة فى انتاج واعداد برامج مشتركة فى التثقيف الغذائى •

استراتيجية العمل / التطبيق

- تجميع وتقييم المواد التثقيفية الخاصة بالغذاء والتغذية فى دول الخليج واختيار ما هو أنسب •
- تجميع المعلومات عن الكوادر الفنية المتاحة والعاملة فى مجال انتاج البرامج التثقيفية الاعلامية •
- تحديد المواضيع الخاصة بالتثقيف الغذائى والتي تهم المنطقة •
- وضع اشتراكات العمل للفنيين الذين سيعملون فى انتاج المواد التثقيفية •
- تدريب الكوادر الفنية اللازمة والمؤهلة لذلك •
- اشراك جميع الجهات المعنية بالموضوع فى الدول الأعضاء (المؤسسات التربوية ، الصحة ، الشؤون الاجتماعية ، الاعلام ، الزراعة ، الهيئات التطوعية ، المستشفيات ٠٠٠) فى مراحل التخطيط والانتاج والتقييم •
- الاستعانة بمؤسسات الانتاج التلفزيونى الموجودة بدول المنطقة •
- ضبط رزنامة عمل لتنفيذ المشروع •
- تقويم البرنامج
- تعميم البرنامج

الجهات المعنية بالمشروع

- الأمانة العامة الصحية للدول العربية فى الخليج •
- مؤسسة الانتاج البرامجى المشترك •
- مجلس التعاون لدول الخليج •
- المركز العربى للوسائل التعليمية •
- مركز التربية لدول الخليج العربى •
- برنامج الخليج العربى لدعم المنظمات الدولية •
- الصندوق العربى للتنمية الاجتماعية •

- المنظمات الدولية المعنية (الفاو - اليونيسيف - اليونسكو (٠٠٠) •
- مؤسسة الكويت للتقدم العلمى •
- مدينة الملك عبد العزيز للعلوم والتقنية •
- مستشفى الملك فيصل بالرياض •
- جهات أخرى •

التوصيات

اختتمت الندوة أعمالها بالتوصيات التالية :

- ١ - توحيد الاصطلاحات المستعملة في التغذية وذلك بالتعاون مع المنظمات العربية والدولية المعنية .
- ٢ - اعتماد أسلوب التخصصات المتداخلة في ترسيم مناهج التثقيف الغذائي في التربية النظامية وغير النظامية .
- ٣ - الاهتمام بانتاج مواد تثقيفية في مجال الغذاء والتغذية تعالج المشاكل الخاصة بالمنطقة والأكثر الحاحا حسب ما جاء في تقرير اللجنة الأولى .
- ٤ - انشاء مشروع خليجي لانتاج المواد التثقيفية في مجال الغذاء والتغذية حسب ما جاء في تقرير اللجنة الثالثة .
- ٥ - تطوير وسائل الاعلام المسموعة والمرئية والمطبوعة بغية بث الرسالة التثقيفية التغذوية .
- ٦ - التنسيق وتبادل الخبرات بين الجهات المسؤولة عن التنسيق التغذوي في دول المنطقة .
- ٧ - اشراك الهيئات والمؤسسات الشعبية في حملة التوعية الشاملة للتثقيف الغذائي .
- ٨ - اعداد وتدريب العاملين في كافة القطاعات ذات العلاقة في مجال التثقيف الغذائي (الصحة ، التربية ، الزراعة ، الاعلام ، الشؤون الاجتماعية) .
- ٩ - انشاء وحدة معلومات في احدى الدول الخليجية (مختصة بالتغذية) لجمع وتوثيق كافة البيانات والاحصائيات والدراسات والمصادر لتكون مرجعا لكافة العاملين في هذا الميدان .
- ١٠ - الاستفادة من المعلومات والدراسات والأبحاث التي تنتجها منظمات الأمم المتحدة المتخصصة والمنظمات الاقليمية ذات العلاقة وغيرها .
- ١١ - اجراء دراسات ومسوح ميدانية للكشف عن الأوضاع التغذوية لكافة فئات المجتمع بالبيانات الكافية عن الوضع التغذوي في دول المنطقة .
- ١٢ - اعداد خطة متكاملة مبرمجة للتثقيف الغذائي تحتوي أهدافا مستمدة من نتائج الدراسات والمسوح الغذائية وشاملة لكافة جوانب التنفيذ والتقييم .
- ١٣ - تكوين لجنة للتثقيف الغذائي على مستوى كل دولة لتقوم بوضع السياسة العامة على المستوى الوطني وتحديد الدور الذي تقوم به كل جهة لتنفيذ هذه السياسة وتنسيق العمل ما بين الأجهزة المعنية بالتثقيف الغذائي .
- ١٤ - الاستعانة بالمنظمات والهيئات الدولية لتوفير الدعم الفني والمادى لتخطيط وتنفيذ وتقييم البرامج التثقيفية الغذائية .

الجزء الثاني : الأوراق المقدمة في الندوة

واقع وأهمية استعمال وسائل الاعلام فى التثقيف الغذائى

فى منطقة الشرق الأدنى

د • عائدة النجار

وزارة الاعلام — الأردن

مقدمة

يعتبر عصرنا هذا عصر الاتصالات والمعلومات ، وذلك بفضل ما يسمى بالثورة التى حصلت فى وسائل الاعلام والاتصال السلكى واللاسلكى ، والالكترونيات والأقمار الصناعية •• الخ • وقد أصبحت وسائل الاعلام والاتصال احدى مقاييس التطور والتقدم للدول ، واعتبرت عاملا مؤثرا ومتأثرا بالعوامل الأساسية للتنمية الاجتماعية والاقتصادية • كما أن تطوُّر التكنولوجيا الحديثة والصناعات بعد الحرب العالمية الثانية ، وارتفاع دخل الفرد والثقافة فى الدول المتقدمة ، ساعدها على انشاء وسائل الاعلام المختلفة وتطورها ، كاصـدار الصحف ، واقامة محطات وشبكات الاذاعة والتلفزيون ، والفيديو ، ودور السينما ، وانشاء المطابع ، ودور النشر وغير ذلك من المخترعات الحديثة •

وتعتبر صناعة وسائل الاعلام والاتصال الحديثة ، من أكبر الميادين الصناعية حجما فى البلدان المتقدمة ، إذ بلغ نسبة اجمالى الناتج القومى للدول الصناعية المتقدمة ٢٨٥٪ بينما بلغت ١٢٥٪ فقط فى الدول النامية ، ويتبع هذا التقدم فى صناعة وسائل الاعلام سعة فى انتشار محطات البث الاذاعى والتلفزيونى فى الدول الصناعية وتخلفا فى الدول النامية • وتشير الاحصائيات الى أن هناك ٢١٦٤٠ محطة بث اذاعى فى الدول المتقدمة ، بينما لا يوجد سوى ٨٣٢٠ محطة بث فى الدول النامية من بينها ٤٥٠ محطة فى الدول العربية ، كما يتوفر ٤١٨٠٠ محطة بث تلفزيونى فى الدول المتقدمة مقابل ٣٥٢٠ محطة بث فقط فى الدول النامية ، ويبلغ استهلاك ورق الصحف لكل ألف شخص فى الدول الصناعية ١٧٤ كغ سنويا ، بينما تبلغ النسبة ١٠ كغ فقط فى الدول النامية ، ومن هذا نجد الفرق الكبير فى تطور وسائل الاعلام والاتصال بين الدول المتقدمة والدول النامية •

ويقول تقرير لليونسكو " أن الفجوة الحضارية الرهيبة بين الدول المتقدمة والدول النامية هى التى مكنت مجموعة الدول الأولى من السيطرة على مصادر الاعلام والثقافة فى مجموعة الدول النامية ، وهى تجعل فى النهاية الدول النامية فى موقف الاعتماد الكلى على وسائل الاعلام فى الدول المتقدمة ، وهو وضع يعكس ملامح السيطرة الاقتصادية التى تمارسها الدول المتقدمة على الدول النامية " •

وجاء في تقرير آخر لليونسكو الى " أن تنمية الاتصال لم تمس الغالبية العريضة من سكان العالم ، حيث قدر عدد الذين لا يزال ينبغي الوصول اليهم بأربعة بلايين فرداً " . هذا العدد الذى ينبغي الوصول اليه أكثرهم فى الدول النامية وهم الغالبية الفقيرة التى تحتاج للغذاء والصحة والثقافة ، وتقتصر الخدمات الاعلامية فى الدول النامية على الأقليات المثقفة فى المدينة ، وتكاد المناطق الريفية أن تكون محرومة من الصحافة المحلية لارتفاع نسبة الأمية فى الدول النامية ، والتى تبلغ بين ٧٠-٩٠% . وكما فى الدول النامية أخذت دول المنطقة تعى لأهمية وسائل الاعلام والاتصال لاسراع عملية التنمية التى هدفها المواطن ولتوفير المستوى الأدنى من التعليم والصحة والاسكان والغذاء لسكانها . وظهر فى الخمسينات مفهوم جديد للاعلام التنموى قبلته الدول النامية واعتبر أكثر أنواع الاعلام تنوعاً ، وأشدّه تداخلاً بالمشاكل الانسانية اليومية . وبعد تجربة دامت عقدين من الزمن وجدت الدول النامية أن مفهوم الاعلام الذى اتبعته من أجل اسراع عملية التنمية كان خاطئاً لانه تقليد لتجربة الدول الصناعية . وفى السبعينات تمكنت الدول النامية من ايجاد مفهوم آخر يتركز على الاعتماد على النفس وعلى توفر الحاجات الأساسية للناس وضرورة المشاركة الشعبية من أجل حل المشاكل .

وبالاضافة فهناك مشاكل أخرى تواجه الدول النامية ، من أهمها مشكلة الغذاء ، وهى احدى همم المسؤولين والمخططين ، وذلك لارتباطها بالوضع الاقتصادى والاجتماعى والسياسى ولارتباطها المباشر بالانسان . ففي العالم اليوم حوالى ٥٥٠ مليون انسان جائع ، ويعانى من سوء التغذية . والاختلافات الكبيرة والفوارق الهائلة بين نوعية وكمية الاحتياجات المتوفرة فى كل من العالم النامى والعالم المتقدم ، أبرز نوهين من الناس يكاد يكون لكل منهم ميزات وخصائص متباينه ، وهناك مؤشرات أساسية تدل على ذلك . ففي مجال التغذية يحصل الفرد فى الدول النامية على ٢٤٠٠ سعر حرارى يومياً ، بينما يحصل الفرد فى الدول المتقدمة على أكثر من ٣٣٩٠ سعر حرارى يومياً . ويبلغ متوسط العمر المتوقع عند الولادة فى الدول النامية ٥٤ سنة ، وأما فى الدول المتقدمة فهو ٧٣ سنة . وتبلغ نسبة وفيات الأطفال الرضع دون السنة أكثر من ١٢٠ بالألف فى الدول النامية ، و١١ بالألف فقط فى الدول المتقدمة .

وتشير المعلومات أن هناك خلافاً فى توزيع الغذاء فى منطقة الشرق الأدنى وذلك بسبب الزيادة السنوية للسكان . ففي البلدان العربية يبلغ معدل الزيادة ٢% وتعتبر من أعلى نسب الزيادة فى العالم يتبعها تزايد فى الطلب على الغذاء ، وزيادة فى الاستهلاك ، وكنتيجة لذلك نقص فى نصيب الفرد من المواد الغذائية . وتعتمد دول المنطقة على العالم الخارجى فى تأمين نصف حاجتها من القمح وأكثر من ذلك من السكر والزيوت النباتية ، وحوالى ثلث استهلاكها من اللحم والألبان ، ووصل اعتماد بعض دول المنطقة على ٧٠% من غذائها على الاستيراد .

وبالإضافة الى مشكلة " الأمن الغذائي " هناك مشكلة أخرى هي الخلل في كمية ونوع المواد الغذائية الأساسية للإنسان ، والتي تؤثر على صحته ونموه . ويحصل سكان المنطقة على المصادر النباتية بصورة رئيسية لتأمين ما يحتاجونه من بروتينات وسعرات حرارية ، وبلغت الطاقة الغذائية من مصادر نباتية ٩٠٪ وتساهم الحبوب بنسبة ٥٨٪ والسكر بنسبة ١٠٪ وأما اللحم والبيض والحليب فتساهم بنسبة ٨٪ فقط من مجمل الطاقة الغذائية التي يتناولها الفرد . ويحصل الناس في البلدان العربية على ٨٠٪ من البروتينات من مصادر نباتية و ٢٠٪ من مصادر حيوانية وتساهم الحبوب بنسبة ٦٧٪ من مجموع البروتينات التي يتناولها الفرد . ومن هذه النسب نجد أن المستوى الاجمالي للوضع الغذائي في البلدان العربية يقل عن الحد الأدنى الموصى به ، ان تقل نسبة مساهمة المصادر الحيوانية عن الحد الأدنى بمقدار ١٠٪ في حالة البروتينات ومقدار ٤٠٪ في حالة الطاقة الغذائية . وحيث أن الغذاء والأمن الغذائي والصحة والثقافة والتعليم ، هي من أهم عناصر التنمية ، فقد اهتمت الدول المتقدمة والنامية على حد سواء بهذه الموضوعات وأصبح التثقيف الغذائي في الدول المتقدمة معترف به ومستعمل على أوسع نطاق سواء كان رسمياً عن طريق المدارس والمعاهد ، أو غير الرسمي وهو عن طريق المجتمعات المحلية وهيئاتها المختلفة ، أو بواسطة وسائل الاعلام والتي أصبحت من أهم وأفضل الوسائل لا يصل المعلومات للناس والتأثير عليهم لتغيير العادات والسلوك والاتجاهات ونمط الحياة .

وبالرغم من عدم الاهتمام بالتعليم الغذائي في أكثر الدول النامية ومنها دول المنطقة ، فهناك ضرورة لأخذ هذا الموضوع بشكل أكثر جدية لوجود مشاكل تواجه المنطقة سواء في إنتاج الغذاء ، أو استهلاكه ، أو كميته وما يترتب على نقص المواد الغذائية من مشاكل صحية ، وهناك ضرورة لاستعمال وسائل الاعلام استعمالاً ايجابياً من أجل التثقيف والمساعدة على تخفيف المشكلة أو حلها . وعلى هذا الأساس سوف نناقش هنا بعض مفاهيم ونظريات التثقيف الغذائي والأساليب المستعملة وتأثير وسائل الاعلام والاتصال في التثقيف الغذائي من خلال الأدبيات ، ودراسة واقع الاعلام واستعمالاته في التثقيف الغذائي في المنطقة من صحافة مكتوبة واذاعة وتلفزيون وفيديو واستعمالها ، لتحديد جوانب النقص أو القاء الضوء على البرامج الناجحة مثل " سلامتكم " ، من أجل وضع النتائج ووضع بعض المقترحات التي قد تساعد في استعمال وسائل الاعلام للتثقيف الغذائي استعمالاً ايجابياً .

مفهوم ونظريات التثقيف الغذائي

تتلخص أسباب التثقيف أو توظيف المعرفة في التغذية الى أن يكتسب الانسان التفهم وزيادة المعلومات ، والقدرة على التصرف للاختيار ، والانتاج والتنظيم والتخزين والتوزيع والاستهلاك والتخصيص للطعام ، مما يتناسب مع احتياجات الفرد . وأصبح التثقيف لا يقتصر على تعليم الناس أهمية العناصر الغذائية الضرورية للإنسان ، ولا يشكل موضوعاً مستقلاً بحد ذاته ، بل أصبح بينه وبين المجالات المختلفة تداخلاً وتكاملاً ، ومنها التعليم ، والعلم

الاجتماعية ، وعلم الأمراض والصحة ، والزراعة ، والارشاد الريفي ، والاقتصاد والتسويق ،
والاعلام والاتصال الجماهيري^١ .

وتطور ايصال المعلومات ، والثقافة الغذائية للناس بواسطة الوسائل التقليدية ،
كالصفوف المدرسية أو المراكز الصحية والعيادات والهيئات المتخصصة ، الى ايصال
المعلومات بواسطة وسائل الاعلام والاتصال الجماهيري للتأثير على الناس ولايجاد أفكار
جديدة أو تشكيل المعتقدات وتغيير القيم والسلوك والعادات والنمط الحياتي . وأصبحت
فلسفة التعليم الغذائي تعتمد على فلسفة تستدعي " احضار التعليم للناس وليس الناس
للتعليم " . وتعتبر هذه الفلسفة من أهم الفروق بين التعليم بالطرق الرسمية وغير الرسمية .
وتشير الدراسات الكثيرة والمتعددة للخمس سنين الأخيرة التي أجريت حول موضوع
التثقيف الغذائي في دول أفريقيا وآسيا ، ومنطقة الشرق الأدنى ، والباسفيك ، وأوروبا ،
 وأمريكا اللاتينية ، وجزر الكاريبي ، وأمريكا الشمالية ، الى أن هناك تفاوتاً ملحوظاً في
تطور فن وعلم التربية الغذائية بين الدول المتقدمة والدول النامية ، ولوحظ أن منطقة
الشرق الأدنى لا تزال بحاجة للاهتمام بهذا الموضوع ، كما وأن الدراسات حول دور وسائل
الاعلام أو استراتيجياتها في التثقيف الغذائي في المنطقة لا تكاد تذكر .

وقد استعملت عدة نظريات ونماذج مختلفة في التثقيف الغذائي تتبع الحقول الاجتماعية،
والنفسية ، والاتصال ، والاعلام ، وتقع ضمن مدارس المعرفة والسلوك الاجتماعي ، وتجيب
هذه النظريات على أسئلة مهمة هي من يتصرف ؟ كيف ؟ وأين ؟ وتفسر أيضاً لماذا يتصرف
الناس بالطريقة التي يتصرفون بها . وتعتمد على أسلوب الاقناع لتغيير المواقف
والاتجاهات ، ومنها نظرية وسائل الاتصال للاقناع وتغيير المواقف ، وهي تركز على
المرسل الذي يختار الرسالة التي تبث بواسطة القناة من أجل التأكيد على المستقبل ،
ونماذج اتخاذ القرار والذي يعتمد على اختيار الفرد ، لما يلائمه وحسب ظروفه وحاجته ،
ونظرية التعليم الاجتماعي والتي تؤكد على دور البيئة في تغيير السلوك ، وأخيراً نظريات
التسويق الاجتماعي ، والمثابرة لتسويق المنتجات والسلع التجارية^٤ .

وتتجه الدراسات الاعلامية الحديثة بشكل عام الى دراسة وتأثير وسائل الاعلام في مجال
غير مجال " الاقناع " ومن أهمها ما يسمى بـ ترتيب المفكرة ، حيث ينتقل الاهتمام في تشكيل
الرأي العام الى دور الأجهزة الاعلامية في تطوير ادراك خاص حول بعض القضايا التي
تمس حياة الناس ، وقد حددت أدبيات الاعلام قدره وسائل الاعلام بأنها " قد لا تنجح في
كثير من الأحيان في أن تقول للناس ماذا تفكر ، ولكنها تنجح بصورة مذهلة في أن تقول
للجمهور حول ما يفكر " . وعلى هذا يمكن البحث في جملة علاقات تتصل بالوسائل ووصلتها
بالبيئة التي تعمل فيها وما تحتوى هذه البيئة من أبعاد خصارية وسياسية واجتماعية
واقتصادية ، وكذلك تشكيل الادراك وبعد ذلك سلوك الأفراد .

وبهنا من هذه الدراسة مراجعة لبعض الدراسات للاطلاع على كيفية استعمال وسائل الاعلام فى التثقيف الغذائى وأثرها فى تغيير الاتجاهات والسلوك ، أو تأكيد معلومات سابقة والواقع أننا لا نؤيد اتباع نظرية معينة فى استعمال وسائل الاعلام ، فالمخطط يجب عليه أولاً معرفة حجم ومزايا واستعمالات وسائل الاعلام المتوفرة فى المنطقة أو الاقليم . وعليه أن يطبق ما يراه مناسباً وفعالاً فى حملته أو برنامجه ، وحسب البيئة والظروف . ويعتمد نجاح الاعلام الى حد كبير على الرسالة الاعلامية وحاجة الناس لها واستعدادهم لتقبلها . فدراسة الفئة المستهدفة أو الجمهور ومعرفة احتياجاته وامكانية تطبيق المعلومات هى من أهم العناصر لنجاح الرسالة الاعلامية . فلا يمكن لمجموعة فقيرة مثلاً تعانى من نقص البروتين الحيوانى أن تطبق ما تبثه الاذاعة أو التلفزيون وما تكتبه الصحافة اذا لم تجد الطعام ومصادر البروتين أو تعرف كيف تحصل على المواد الغذائية من مصادر غذائية أخرى متوفرة .

الأساليب المستعملة وتأثير وسائل الاعلام فى التثقيف الغذائى

الحملة هى احدى الأساليب المستعملة لا يصال المعلومات بواسطة وسائل الاعلام المختلفة ، ويجب أن تبنى على البحث والتخطيط من أجل نجاحها . وتستعمل الحملة من أجل التثقيف الغذائى أو الصحى ، ورفع المهارات لتغيير أو تصحيح الاتجاهات أو المفاهيم ، وتعديل السلوك ، تكون الحملة عادة موجّهة نحو موضوع أو مشكلة واحدة فقط ، وذى طابع مميز . مثال لذلك "الغذاء الجيد من أجل جسم سليم" ، "التدخين" ، "الرضاعة الطبيعية" ، "التطعيم" . وتحدد مدة معينة للحملة ، أسبوعاً أو شهراً أو سنة . الخ . كما يحدد الناس المستهدفون ، ووسائل الاتصال والاعلام التى ستستعمل كقنوات من راديو ، تلفزيون ، صحافة ، اتصال مباشر ، ملصقات ، نشرات . ويكمن للحملة تأثير أكبر على الناس اذا عززت بوسائل اتصال اضافية مثل المحاضرات ، والمعارض ، والندوات ، ونشاطات الهيئات فى المجتمع ، والمواجهة الشخصية . ولنجاح الحملة ، يجب أن لا يقتصر تعليم وتثقيف الناس لمدة محددة أى فترة الحملة فقط ، بل يجب أن يكون هناك نشاط واهتمام ، متواصل . ولذا يجب التأكيد على المتابعة والتقييم ، ويكون ذلك عن طريق رجوع الصدى ، واستفتاء الرأى العام ، واجراء الدراسات والأبحاث العلمية . ومن أجل نجاح الحملات التثقيفية التى تكون عادة مكلفة مادياً ، يجب تدريب متقنين والاستعانة بأخصائين خاصة فيما اذا كانت الحملة على المستوى الوطنى .

وتشير نتائج حملة اعلامية أجريت فى ثلاث مجتمعات فى ستانفورد^٦ ، صممت لتخفيف أخطار أمراض القلب عن طريق تعديل النمط الغذائى ، وتقليل عادة التدخين ، وتقليل تناول الدهون ، والكوليسترول ، ومجموع السعرات الى حد الوصول الى الوزن المثالى .

واستعملت في الحملة وسيلة الاقناع بواسطة وسائل الاعلام المختلفة ، راديو ، تلفزيون ، صحافة ، والملصقات والمنشورات التي وزعت بالبريد وكانت النتيجة خلال ٢-٣ سنة تغيير ملحوظ في النمط الغذائي وفي عادة التدخين . واستعملت على شريحة واحدة من السكان بالاضافة لوسائل الاعلام وسائل أخرى مثل المراقبة الفردية ، واجراء المشاهدات ، والتعزيز الفردي والمستمد من النظريات الاجتماعية للتعليم ، وكانت النتيجة أقوى عند استعمال قنوات أكثر واستمر التأثير لمدة أطول .

وفي الفلبين^٧ استعملت الاذاعة فقط في حالة كانت تهدف الى تشجيع اضافة السعرات الحرارية ومصدر لفيتامين (أ) بالأخص من السمك ، والزيت ، والخضروات الخضراء لطعام الطفل (المكون من الرز المطحون) . ودلت النتيجة بأن عددا كبيرا من الأمهات اتبعن التعليمات وجدت تغيير في السلوك مصحوبا بتغيير في المواقف والمعرفة . وبالرغم من أن الحملة كانت تهدف الى دراسة تأثير بث الرسالة بواسطة الراديو فقط ، إلا أن المرشدين الذين استمعوا للمعلومات أضافوها لبرنامجهم التعليمي ، مما دعم وسيلة الاعلام بوسيله المواجهة الشخصية وأدى الى تأثير أكبر .

وتشير تجربة لليونيسييف^٨ الى استعمال ايجابي للاذاعة من أجل تخفيف نسبة موت الأطفال بسبب الاسهالات المؤدية للاجفاف وهو المرض القاتل الأول للأطفال في الدول النامية . وقد أذيعت أغنية محبوبة ولكنها خاصة من الراديو مرة كل يوم ولمدة سنة كاملة ، ونتج عن ذلك تأثير كبير على الأمهات ، ان تعلمن من الأغنية التي تحمل الرسالة الاعلامية كيفية معالجة المرض بطريقة سهلة وفعيدة وهي تحضير محلول الملح والسكر والماء . وانخفض موت الأطفال بنسبة ٤٠٪ في مدة ١٨ شهرا .

وتستعمل وسائل الاعلام أسلوب آخر هو البرامج الخاصة الموجهة الى مجموعة محددة ، ومثل هذه البرامج لها تأثير ايجابي ، ان أن الرسالة الاعلامية تصل ليس فقط لهذه المجموعة بل لكل من يسمعها ويحدث التأثير بطريقة غير مباشرة .

وتشير دراسة حول دور الاذاعة الصوتية في توجيه ربات البيوت لأداء دورهن في الأسرة والمجتمع الى أن برنامج " الى ربات البيوت " الذي يذاع يوميا في مصر ، كان في مقدمة برامج الأسرة التي يسمع ، وتبين أن من بين أهم أوجه الافادة من الاستماع للبرنامج هو تعلم أعراض بعض الأمراض والوقاية ، ان بلغت النسبة ٤٨٪ وتعلم طرقا لعمل أصناف جديدة من الطعام والحلوى وبلغت نسبتها ٤٦٪ وأساليب جديدة لتربية الأطفال وبلغت ٤١٪ . ولوحظ أن هناك علاقة ايجابية بين الاستماع الى برنامج " الى ربات البيوت " خاصة ، ومعرفة بعض المعلومات المتعلقة بالعائلة ومنها التغذية والصحة ، مما يدل على ضرورة وضع مضمون هادف للرسالة الاعلامية لمثل هذه البرامج التي تهدف الى جمهور معين ويؤثر على أفراد العائلة بكاملها .

وفى دراسة عن أثر وسائل الاعلام على المجتمع السعودى ومدى مساهمتها فى أحداث بعض التغييرات التنموية ، ثبت وجود علاقة ايجابية بين التعرض لوسائل الاعلام ، ورفض استخدام الأساليب والوصفات البلدية فى العلاج ، كما تبين أن الذين يتعرضون لوسائل الاعلام هم أكثر ايمانا بحق المرأة فى التعليم^{١٠} .

وأما فيما يتعلق باستعمال وسائل الاعلام فى تثقيف الطفل^{١١} ، تشير دراسة فى مصر بأن نسبة كبيرة من الأطفال تشاهد التلفزيون مع جميع أفراد العائلة وتبلغ النسبة ٦٠% بالإضافة الى مشاهدة برنامج الأطفال المخصص لهم ، وهى أعلى من نسبة الاستماع للراديو . ومن هنا تبرز أهمية وضع البرامج التى تساعد على فهم التغذية للأطفال بالأسلوب العلمى المدروس ومعرفة بمراحل نمو الطفل العقلية والنفسية . ويبين العلماء^{١٢} بأن مفهوم الأطفال من التغذية يكون غير قابل للتغيير فى مرحلة الطفولة المبكرة (حتى ٦ سنين) ولا يمكن للطفل فهم الاصطلاحات المبهمة أو المنطق . ويميل الطفل لاعادة الكلمات والجمل من غير فهم ، ويتركز انتباهه الى الوسائل الايضاحية كالرسم المتحركة ويعتمد على الخيال . وأما فى مرحلة ثانية وهى بداية التحاقه بالمدرسة ، يتطور منطقه ويتمكن من التصنيف والتصميم ويستطيع عقليا أن يرتب الأطعمة الى مجموعات ولكن لا يستطيع التصنيف الكيماوى العلمى أو المطلق . فالتثقيف الغذائى للأطفال يجب أن يحتوى على معلومات وتجارب من الحياة الحقيقية وليست مفاهيم ، لكن تساعد الأطفال أن يختاروا من ذلك الفيز من السلع التى تبت لهم بواسطة التلفزيون وتؤثر على نمط الحياة الذى أصبح استهلاكيا حيث يطلب الطفل من الطعام ما يراه ويسمع عنه دون تفهم لحاجته للغذاء الصحيح .

وهناك أسلوب أصبح معروفا فى التثقيف الغذائى وهو الاعلان أو الدعاية حيث أن هناك مواضيع تثقيفية لا تحتاج لبرامج ثابتة مدتها ١٥-٣٠ دقيقة ، ولا يفضل عرضها لوقت طويل ويحتاج الناس فى بعض الأحيان الى معلومات بسيطة وعامة ، ولكنها أساسية يمكن أن تفهم بسرعة ، ويعتمد هذا الأسلوب على الرسالة القصيرة ، تعاد بشكل متكرر فى وسط البرامج الترفيهية التى لها شعبية والتى تصل أكبر عدد ممكن من الناس . وتكون الرسائل قصيرة بحيث تستحوذ انتباه المستمع لحين بدء البرنامج ، ومشوقه بحيث يمكن تكرارها ، وملخصه ولكنها تحتوى على الآراء الضرورية وتؤثر بحيث يحدث التغيير المستهدف فى المعرفة والسلوك والتطبيق ، ومثالا على ذلك رسالة مدتها ٣٠-٦٠ ثانية مثل " اغسل يديك " أو التطعيم ضد " أو التدخين مرض " الخ . ويعتمد نجاح مثل هذه الاعلانات على مضمون الرسائل ، ويكون تأثيرها مثل تأثير الحملة النفسية ان يصبح تجربة عامة لأن الرسالة تسمع تقريبا فى كل مكان وفى أوقات كثيرة ومتكررة ويسمعها الكثيرون وتخلق الشعور بأن شيئا مهما يحدث لأنه يحدث للجميع^{١٣} .

ودلت الدراسات الكثيرة بأن هذا الأسلوب وهو الاعلان والدعاية قد نجح في التأثير على السلوك والعادات والنمط الغذائي ، بدلالة المبيعات الغذائية التي يستهلكها الناس بعد نشر الاعلانات بواسطة وسائل الاعلام بغض النظر فيما كانت المواد الغذائية ذات قيمة غذائية أم لا • وكثيرا ما تكون المعلومات غير مفيدة ومضللة • وتشير الأبحاث الى أن ٣٠٪ فقط من الاعلانات المتعلقة بالصحة أعطت معلومات مفيدة بينما ٧٠٪ أعطت معلومات مضللة أو غير دقيقة • وتروج كثير من شركات انتاج الأطعمة الى عناصر غذائية غير ضرورية أو غير صحية ، مثل المشروبات الغازية التي اكتسحت الأسواق ، وأصبحت ذات شعبية كبيرة في السنين الأخيرة في الدول الصناعية والدول النامية على حد سواء • وفي دراسة قيمة عن تأثير الاعلان على عادات التغذية في منطقة الخليج العربي ، فقد وجد مصيقر أن ٥٥٫٢٪ من ربات البيوت يؤمن بأن الاعلانات المتعلقة بالأطعمة والتي تبث على التلفزيون قد زادت معلوماتهن • وكانت نتيجة التأثير أقل في الطبقات الاجتماعية العالية ٤٢٫٢٪ وأقل في الطبقات الدنيا ٥٦٫١٪ وفي الوسطى ٤٩٫٣٪ ، مما يدل على أن للتلفزيون تأثير على الناس الأقل ثقافة وتعلما في تفسير ما يجيء في اعلانات الاعلانات • ووافقت ٧٤٪ من هؤلاء النساء على أن الاعلانات التلفزيونية مكنتهن من معرفة الأطعمة الجيدة والصحية ، بينما ٦٢٪ وافقن بأن كل الأطعمة التي ظهرت في اعلانات التلفزيون جيدة وصحية^١ • وفضل هذا التأثير حل العصير المعبئ محل الأطعمة التي كانت منتشرة ، وقل استهلاك الفواكه والخضروات • وتناول مثل هذه الأطعمة يؤدي الى ارتفاع تناول السكر وبالتالي لزيادة في السعرات الحرارية ، وإذا ما أخذت بكميات كبيرة فهي تسبب أمراض سوء التغذية • وسبب تأثير الاعلان يزداد استهلاك الناس محدودى الدخل وتصرف ميزانيتهم على المواد غير الضرورية وغير المفيدة •

وما نستطيع استخلاصه ، هو مدى تأثير استعمال الاعلان التلفزيوني على السلوك والعادات والنمط الحياتي • وهناك حاجة ماسة لمراقبة وتنظيم مضامين ووسائل الاعلان المتعلقة بالأطعمة والتغذية ، حيث أن وسائل الاعلام من راديو وتلفزيون في المنطقة ملك للدولة ، وهناك ضرورة بأن تكون المعلومات دقيقة والمواد الغذائية تتلاءم مع احتياجات وهادات المجتمع ، وخاصة فيما يتعلق بطعام الطفل ، والأطعمة التي تحتوى السعرات الحرارية وغيرها • ويمكن استعمال الاعلان الاذاعي للتأثير الايجابي بشكل مباشر وغير مباشر في تطوير الأنماط الاستهلاكية ، وتشجيع المنتجات المحلية ، ويتخذ الاعلان الاذاعي مثلا أشكالاً متعددة هي الاعلان المباشر ، والاعلان الحوارى ، والاعلان التمثيلي ، والاعلان الغذائي ، البرامج الغذائية ، ويتخذ الاعلان التلفزيوني نفس الأشكال السابقة بالاضافة الى اعلانات العرائس والرسم المتحركة ، وهناك ضرورة لتبسيط المفاهيم المتعلقة بالتغذية وايجاد برامج صحية وغذائية مفيدة •

واقع الاعلام واستعمالاته فى التثقيف الغذائى فى المنطقة

تعتبر الصحافة المكتوبة من أقدم الوسائل الاعلامية فى المنطقة ، ومنها الجرائد اليومية والأسبوعية ، والمجلات ، والدوريات ، وتتميز الصحافة المكتوبة عن غيرها من وسائل الاعلام بأن القارئ أو المتلقى للرسالة الاعلامية يستطيع أن يسيطر على الوسيلة التى يجدها مناسبة ، ويضطلع على الموضوعات التى يرغب بالاضطلاع عليها ، ويراجع ما يريد أن يراجعه بالسرعة التى تناسبه ، وفى الوقت الذى يريده . وترتبط الصحف والمطبوعات عادة بالثقافة والتعليم ، وتتمتع بمنزلة عالية فى المجتمع ، حيث ينظر الأميون الى قراء الصحف باحترام لتميزهم عنهم بالقدرة للحصول على المعلومات الهامة ، ويصبحون بالنسبة لهم قادة رأى عام وكثيرا ما يقرأ المتعلمون الصحف والمطبوعات لأبناء قريتهم فى تجمع مقهى القرية .

وتواجه الصحافة عدة مشاكل فى دول المنطقة ، وذلك لارتفاع نسبة الأمية فى العالم العربى ، يضاف لذلك ارتفاع ثمن الورق الذى يستورد فى معظمه من الخارج ، وارتفاع ثمن الصحيفة بالنسبة لدخل الفرد فى كثير منها ، وكذلك مشاكل المواصلات التى تقف عتبة أمام توزيعها بين أقطار الأقاليم المختلفة وخاصة فى المناطق الريفية . وتتميز الصحافة المكتوبة فى منطقة الشرق الأدنى بأنها صحافة الصقوة ، أى الصحافة العالية المستوى ، وتتركز فى المدن الكبرى وتوزع على الجماهير المثقفة . وبالرغم من هذه الحقائق ، فتشير الاحصائيات الى أن انتشار الصحف فى المنطقة قد تجاوز الحد المثق عليه فى بعض الدول وهو ١٠٠ جريدة يومية لكل ١٠٠٠ شخص .

كما يدل الجدول رقم (١) نسبة توزيع الصحف فى بعض دول مختارة فى المنطقة وقد بلغ متوسط توزيع الصحف (٣٦) نسخة من الجريدة اليومية لكل ١٠٠٠ شخص فى العالم العربى ، مع العلم بأن هذه النسبة تبلغ ٣٢٤ فى البلدان المتقدمة . لا تزال أكثر صحف المنطقة وطنية أى أنها توزع ضمن البلد الواحد ، ويوجد عدد قليل من الصحف اليومية واسعة الانتشار تباع على مستوى الاقليم أو المنطقة .

وأما فيما يتعلق بمضمون الصحافة اليومية ، فلا توجد زاوية ثابتة أو خاصة تتعلق بالتغذية فى معظمها . وأما ما تنشره الصحافة فهى معلومات تحت عناوين مختلفة ، وينشر أكثرها تحت زاوية الأسرة أو المرأة ، ونسبة هذه المعلومات لا تكاد تذكر بالنسبة للمساواة والأخبار الأخرى . وقد بلغت نسبة ما يتعلق بالأسرة فى الصحافة اليومية فى إحدى دول المنطقة أقل من ١٪ بالنسبة للمواضيع الأخرى ، وتنتشر الصحف اليومية مواضيع صحية بشكل غير ثابت يكتبها أطباء متخصصون ، ويستعمل الكتاب المصطلحات العلمية التى قد يصعب فهمها من قبل الناس المحدودى الثقافة ولا تراعى الصحف تبسيط المعلومات والحقائق لكن يتمكن القارئ من ترجمتها لاستعمالاته الحياتية . كما وتنتشر المعلومات التى

تتعلق بالتغذية والصحة ، والأمن الغذائي ، وترشيد الاستهلاك ، وغيرها ضمن كلمات المسؤولين أو نتيجة المؤتمرات ، أو الأبحاث العلمية المتخصصة وعلى شكل تقارير رسمية لوزارات الصحة والزراعة ، والاحتفالات من قبل المنظمات الدولية كمنظمة الصحة العالمية (يوم الصحة العالمي) ، ومنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة (برنامج الغذاء العالمي) ، واليونسيف (يوم الطفل العالمي) ولما تنشر المعلومات القيمة المتعلقة بالتغذية والتي تصدرها منظمة اليونسكو الدولية ضمن سلسلة التعليم والغذاء . ويلاحظ أن المعلومات التي تنشر ضمن التقارير الرسمية ، طويلة تجعل قراءتها مملة وتحصر الاستفادة منها للمتخصصين فقط . وتشارك الصحف في المنطقة بالحملات الصحفية ، كأسلوب مساعد لوسائل الاعلام الأخرى ، مثل حملة التدخين ، أو العودة للرضاعة الطبيعية ، أو حملات التطعيم الوطنية ، كما وتنشر الاعلانات التجارية المتعلقة بالسلع والمنتجات الغذائية ومنها الدعاية والأطعمة والمشروبات الغازية بقصد الريح المادي وليس التثقيف .

جدول رقم (١)

عدد الصحف اليومية لكل ١٠٠٠ شخص في بلدان مختارة في المنطقة^١

البلد	١٩٧٠	١٩٧٥	١٩٧٩	١٩٨٢
مصر	٢٢	٢٩	٥٥٠	٧٨
تونس	٥٥٠	٣٤	٤٤	٤١
الجزائر	١٩	١٧	٢٣	٢٢
الأردن	٢٤	٢١	٢١	٥٥٠
الكويت	٢٧	٥٥٠	٥٥٠	٢٥٠
قطر	—	٥٥٠	٥٥٠	١١٦
سوريا	٤٩	٥٥٠	٥٥٠	١١١
اليمن	١٢	٥٥٠	٥٥٠	٥٥٠

ويصدر عن وزارات الصحة والزراعة في أكثر دول المنطقة دوريات ومجلات ، إلا أنهم لا تعتبر متخصصة " بالتغذية " وأكثر هذه المجلات تزج بشكل محدود . وهناك مجلات ثقافية غير متخصصة تتعرض لموضوع التغذية والصحة ، ومن بينها مجلة العربي التي تصدر في الكويت وتزج في العالم العربي بشكل واسع ، وتعتبر هذه المجلة من أقدم المطبوعات الخليجية وأكثرها جدية وشعبية في المنطقة .

ويوجد باب ثابت تحت عنوان " البيت العربي - مجلة الأسرة والمجتمع " و " طبيب الأسرة " إلا أنها لا تعالج موضوع التغذية بشكل ثابت . وهناك حاجة لهذه المجلة المهمة لأخذ

موضوع "التثقيف الغذائي" بشكل أكثر جدياً واعتباره إحدى الموضوعات التي لها الأولوية ،
والمساهمة في إصدار ملحق متخصص بالتغذية من وقت لآخر^{١٧} .

المجلات النسائية

تعتبر المجلات النسائية وسيلة مهمة للتثقيف الغذائي لأنها تستهدف فئة محددة من الناس هي المرأة ، التي لا تزال تحتل منزلة مهمة في الأسرة في مجتمعات دول المنطقة . ويصدر في المنطقة العربية ما يزيد على (٢٠) مجلة نسائية أكثرها انتشاراً مجلة حواء (القاهرة) والحسنا (بيروت)^{١٨} . ويفد أكثر من ٦ مجلات نسائية عربية من الخارج تطبع في باريس ولندن ويلاحظ أنها تابعة وتأثرة بالغرب في معالجة الموضوعات أو إبراز صورة المرأة ، مما يخلق صورة للمرأة الشرقية مستوردة أيضاً .

تركز المجلات النسائية على صورة المرأة التقليدي "كروجة وأم وربة بيت" ، وتهتم بجمال المرأة وأزيائها وزينتها ، والمواضيع المتعلقة بالزوج والأطفال والصحة والتغذية وغيرها من الموضوعات الاجتماعية والنفسية . وبالرغم من عقد المرأة العالمي الذي أعلنته الأمم المتحدة (١٩٧٥ - ١٩٨٥) فصورة المرأة التي تعكسها الصحافة النسائية لم تتغير سواً في مضمونها أو أسلوبها أو شكلها في معالجة المواضيع^{١٩} .

وتوجد في أكثر المجلات النسائية أبواب ثابتة ، تتعلق بالتغذية وتحضير الطعام الآن هذه المجلات تهتم بشكل طبع الطعام والحلوى الذي تعلمه للنساء أكثر من اهتمامها بما تحتويه هذه الأطباق من العناصر الغذائية المتوازنة أو الضرورية لصحة الانسان ، والتي تتلاءم مع الوضع الاجتماعي والاقتصادي للعائلة . وتميل الى توجيه رسالتها الى الطبقة الاجتماعية الغنية ، وأقل للمتوسطة ، وقلما توجد موضوعات للمرأة الريفية أو الطبقة الفقيرة من النساء .

وتهتم الصحافة النسائية بإبراز وتشجيع تقليد الأزياء المستوردة وأدوات التجميل وصور الجمال الغربي للمرأة . وتنشر المجلات النسائية بالإضافة لذلك أطباق طعام موادها غير متوفرة أو غالية الثمن ، مما يساعد على خلق شخصية استهلاكية للمرأة أو أطباق غريبة لا تتلاءم مع العادات والذوق التغذوي العام ومنها : " الشمام مع الدجاج المحمر " " سلطة الأفوكادو " . الخ .

وتعالج المجلات النسائية على صفحاتها مواضيع تربط فيها الصحة بالتغذية ، وتستعمل المصطلحات العلمية ومن بعض العناوين : " الغذاء والطاقة الجسمانية " ، " نظام غذائي لتأخير سن اليأس " ، أبرز مقومات فيتامين (ب) و (د) و (هـ) ، " معالجة قروح المعدة والأمعاء بالغذاء " ، " أغذية لعداوة الكبد " ، " فوائد الكالسيوم وحاجتنا اليه " ، " البروتين وأحماضه " . ويلاحظ أن الأسلوب الذي تقدم به مضامين هذه العناوين أسلوب علمي ، قد يكون في بعضه مملاً لا يساعد على قراءة الرسالة الاعلامية أو التثقيفية الموجهة للمرأة^{٢٠} .

وحيث أن هذه المجالات وسيلة اتصال جماهيرى ، ولها رسالة خاصة ، فان توظيفها توظيفا سليما لتسويق دور المرأة العصرية أمر ضرورى ، بحيث لا تغفل دور المرأة التقليدى "كأم وزوجة وربة بيت" فالتركيز على هذا الدور يجب أن يصبح جزءا مهما من الدور العصرية ، بحيث تلعب المرأة الأم والمرأة العاملة الاستهلاك والأمن الغذائى والتخزين والانتاج والتحضير ، ومعرفة العناصر الغذائية الضرورية للإنسان فى مراحل عمره المختلفة ، وربطها بالصحة ، وطريقة حفظ الأطعمة وتحضيرها والمحافظة على العناصر الغذائية فيها . الخ ، ولتصبح الأم والزوجة وربة البيت والعاملات فى المراكز المختلفة وسبيل قيادة وعصرية لنشر وتطبيق مفهوم التنمية والتقدم الاجتماعى والاقتصادى .

الاذاعة

وأما الاذاعة فقد لاقت نجاحا كبيرا بعد الحرب العالمية الثانية للوصول للأماكن النائية والتي كان الوصول إليها صعبا بسبب التخلف والحرمان من الخدمات الأساسية كالكهرباء ، والطرق فى منطقة الشرق الأدنى .

وتتميز الاذاعة بأنها تصل لجماهير عريضة للغاية ، كبارا وصغارا ، ومن المثقفين والأميين ، وهى تفسح المجالات للمستمع للتخيل والتصور والتفكير ، كما أن الاذاعة تصل للناس سواء كانوا أفرادا أو جماعات ، ولذا فقد تؤثر على المستمع بطريقة مباشرة أو غير مباشرة . وتدل الاحصائيات بأن الراديو يستعمل فى المنطقة بشكل أوسع من استعمال التلفزيون أو قراءة الصحف والمطبوعات كباقي دول العالم الثالث . ويبين الجدول رقم (٢) مدى انتشار الراديو فى دول منطقة الخليج العربى وبعض الدول العربية المختارة .

ويلاحظ من الاحصائيات بأن معظم دول المنطقة قد تجاوزت الحد المتعارف عليه دوليا بشكل كبير وهو ٥٠ جهاز لكل ألف شخص ، ويتراوح عدد الأجهزة لكل ألف شخص فى الدول العربية متوسطة الدخل بين ١٥٠ و ٢٠٤ جهازا ، ويصل بالنسبة للدول الغنية الى ٤٦٥ جهازا ، كما تتفاوت ساعات البث السنوى فى دول المنطقة من بلد لآخر ، وقد فاقت مصر دول المنطقة بساعات بثها السنوى ، لعام (١٩٨٣) ، إذ بلغت ٥٦٤٥٥ ساعة ، وفاقت السعودية دول منطقة الخليج فى ساعات البث السنوى إذ بلغت ٤٦٨١٥ ساعة (٨١) ، والكويت ٢٢٦٨٠ ساعة (٨٣) ، والأردن ٣٦٢٦٤ ساعة (٨٣) ، والبحرين ٥١٨ ساعة (٧٩) ، والسودان ٦٤٨٠ ساعة (٨١) ، والجزائر ١٩١٨١ ساعة (٧٩) .

وطفت المواد الترفيهية والموسيقية على البرامج الاذاعية . وتبث أكثر برامج المنطقة مواضيع التغذية وصحة العائلة ، ولكن بشكل غير ثابت ، مثل مصر ، الأردن ، الكويت ، قطر ، ليبيا ، وتونس . وفى الأردن برنامج الصحة والحياة يذاع منذ ٢٥ عاما فى الاذاعة

ومنذ احدى عشرة سنة فى التلفزيون^{٢٣} . وهناك برنامج مشابه فى سوريا ، وغيرها من دول المنطقة .

جدول رقم (٢)

عدد أجهزة الراديو لكل ١٠٠٠ شخص فى بعض البلدان العربية					البلد
١٩٨٣	١٩٨٠	١٩٧٥	١٩٧٠	١٩٦٥	
٣٤١	٣٢٩	١٠٢	٠٠٠	٠٠٠	الامارات العربية المتحدة
٤٠٣	٣٥٧	٣٣٢	٢٦٠	٠٠٠	البحرين
٢٩٥	٢٧٩	١٣١	٠٠٠	٠٠٠	المملكة العربية السعودية
٦١٩	٠٠٠	٢٠	٠٠٠	٠٠٠	عمان
٤٥٩	٤٥٨	٠٠٠	٢٢٥	٠٠٠	قطر
٢٨٥	٢٨٢	٠٠٠	١٤١	٠٠٠	الكويت
١٨٨	١٥٣	١٩٣	١٩٠	٩٩	العراق
١٩١	١٨٤	١٦٧	١٦١	١٤١	الأردن
١٩٥	١٩٢	٠٠٠	١٨٦	٠٠٠	سوريا
٧٩٧	٧٤٩	٤٧٧	٢٣٤	٠٠٠	لبنان
١٧٤	١٤٢	١٣٨	١٣٢	٩٢	مصر
١٦٣	١٥٦	١٤٤	٧٦	٠٠٠	تونس
٢٠	١٩	١٦	٠٠٠	٠٠٠	اليمن

تقوم الاذاعات فى المنطقة بالمساهمة بالحملات التثقيفية المتعلقة بالصحة مثل حملات التطعيم ، والحملات ضد التدخين ، وترشيد الاستهلاك ، والارشاد الزراعى . وتذيع محطات الاذاعة اعلانات عن التغذية . وبالرغم من اعتماد الكثير منها على هذا الدخل لتقوية البرامج ، فقد التزمت بعض الاذاعات ووسائل الاعلام الأخرى مؤخرا بعدم نشر الاعلانات المتعلقة بالسجائر وهذا بلاشك الترام ايجابى يساعد على صحة أحسن . ويلاحظ من البرامج الاذاعية فى المنطقة عدم وجود التنسيق والتكامل بين الجهات المعنية بالتنمية مثل الصحة ، والثقافة ، والتربية والتعليم ، والزراعة ، والارشاد الريفى ، والتموين والشئون الاجتماعية ، والاقتصاد والاعلام ، والتي قد تساعد فى انتاج برامج ثقافية متكاملة .

ونظرا لأن الاذاعة هى أوسع وسيلة اتصال جماهيرى واعلام فى المنطقة تسع أكثرها بشكل واضح فى الأقاليم ولوجود تبادل ثقافى بين الدول ، فمن الضرورى الاستفادة من

ذلك بانتاج برامج هادفة تتعلق بالتثقيف الغذائي وتتلام مع احتياجات المجموعات والمجتمعات المحلية ، وعلى غرار برنامج سلامتک التلفزيونى أو برامج الشباب والأطفال بأسلوب مشوق • كما أنه يمكن الاستفادة من البرامج الترفيهية والمسلات والستى تشكل نسبة عالية فى البرامج الاذاعية ، وذلك بوضع الرسائل الثقافية الخاصة بالتغذية فى مضمونها وأسلوب غير مباشر ، والتى ثبت تأثيرها على المستمع ، وكذلك بواسطة الاعلانات والدعاية للأطعمة المفيدة ، وهدم ابراز الأطعمة غير المفيدة للصحة أو الستى تشجع عنصرا غذائيا غير ضرورى اذا ما استعمل بالكمية غير المناسبة مثل الكربوهيدرات و الزلال ، والسكر ، واللحم وغيرها •

التلفزيون والفيد يو

دخل الفيد يو وهو أحدث وسائل الاتصال الحديثة فى المنطقة ، منذ السبعينات ويتميز بسهولة الاستخدام حيث يمكن للمشاهد أن يوقف الجهاز ويرى ما يبت عليه أكثر من مرة ، مما يجعل للفيد يو أهمية خاصة فى مجال التعليم وتطوير المهارات • ويرى علماء الاجتماع أن الفيد يو مهم فى العمل الاجتماعى ، اذ أن استعماله يتم بالطابع الشخصى ويمكن رؤية ردود الفعل على الجماعة خاصة اذا كان التسجيل يحمل صورهم ومواقع الحياة العادية • ويمكن للمواطنين عن طريق هذه الوسيلة أن يعربوا عن آرائهم • وهنا تبرز أهمية استعماله فى التثقيف الغذائى لأن استعماله يكاد يكون شخصا فى البيوت • ومع الأسف فلا زال استعمال الفيد يو استعمالا غير صحيح وتأثيره غير صحى فى المنطقة لانتشار أشرطة الكاسيت المستوردة التى تحمل المضامين الهابطة والخطرة على عادتنا وتقاليدنا •

وأما التلفزيون فقد وجد منذ الخمسينات أولها فى المغرب (١٩٥٤) وآخرها فى البحرين (١٩٧٣) ويعتبر أهم وسيلة اتصال جماهيرية ، وللتلفزيون ميزة مهمة وهو أنه وسيلة ترفيه وتعليم وتأثيره يمكن أن يكون قويا على أفراد العائلة ، ويتميز بأنه يصل لجماهير عريضة للغاية ، كبارا وصغارا ، ومن المثقفين والمتعلمين والأمين على حد سواء • وينشر التلفزيون فى المنطقة بشكل واسع تجاز فى أكثر البلدان الحد المتعارف عليه دوليا وهو ٢٠ جهاز تلفزيون لكل ١٠٠٠ شخص • ويكاد التلفزيون والفيد يو أن يكونا موجودين فى كل بيت فى منطقة الخليج العربى ، ولا شك أن لذلك علاقة وطيدة بارتفاع دخل الفرد ، حيث يمكن شراء الجهاز الذى لا يزال غالى الثمن فى البلدان ذات الدخل المنخفض ، ويدل الجدول رقم (٣) على نسبة انتشار التلفزيون فى منطقة الخليج العربى • ويلاحظ من الاحصائية بأن بعض دول الخليج العربى قد فاقت الدول المتقدمة والصناعية فى عدد أجهزة التلفزيون • وبالمقارنة فقد بلغت فى قطر ٤٦٣ جهازا لكل ١٠٠٠ شخص مقابل ٣٨١ جهازا فى السويد و ٣٠٥ فى موسكو و ٦٨٤ فى الولايات المتحدة •

جدول رقم (٣)

عدد أجهزة التلفزيون لكل ألف شخص في منطقة الخليج العربي وبعض البلدان العربية المختارة .

البلد	١٩٦٥	١٩٧٠	١٩٧٥	١٩٨٠	١٩٨٣	دخل الفرد ١٩٨٢ بالدولار
الامارات العربية المتحدة	-	-	٤٩	١٢٧	١٣٤	٢٣,٧٧٠
البحرين	٠٠٠	٦٠	١١٧	٢٥٧	٢٠٥	٩,٢٨٠
المملكة العربية السعودية	٠٠٠	٠٠٠	٠٠٠	٢٣٤	٢٥٤	١٦,٠٠٠
قطر	٠٠٠	٠٠٠	١١٨	٣٣٣	٤٦٣	٢١,٨٨٠
الكويت	٠٠٠	١٣٤	٠٠٠	٢٥٨	٢٥٨	٩١,٧٨٠
العراق	٢١	٣٧	٣٧	٥٠	٥٥	٢,٧١٠
الأردن	-	٢٠	٤٤	٥٩	٦٨	١,٦٩٠
سوريا	٦٣	١٠٥	١٤٨	٢٨١	٢٩٦	١,٦٨٠
مصر	١١	١٦	١٧	٣٣	٤٤	٦٩٠

ولدراسة برامج التلفزيون ومنها التثقيف الغذائي والصحة والمواضيع التي لها صلة بذلك ، لا يكفي معرفة معدل امتلاك أجهزة التلفزيون ، بل يجب الأخذ بعين الاعتبار حجم ساعات الارسال التلفزيوني ، ونوعية البرامج التي يتم بثها ، ومدى تفاعلها مع الجمهور . وتشير الاحصائيات الى أن مضمون الاعلام في المنطقة العربية لا يزال تابعاً ، إذ يتم استيراد ٤٠-٦٠٪ من برامج التلفزيونات العربية من شركات الانتاج العالمية ، وتبث أكثر التلفزيونات برامج دعائية اعلانية تهدف للربح العادي من وراء ترويج السلع ومن بينها السلع الغذائية ، وقد بلغت نسبة عالية في منطقة الخليج العربي وكانت نسبة الاعلانات والدعاية المتعلقة بالأطعمة والغذاء في التلفزيون القطري ٣١,٧٣٪ في عام ١٩٨٥ .

وتصل نسبة المواد البرمجية المتخصصة للتسلية والترفيه والبرامج الأجنبية التي تتمثل في المسلسلات والأفلام في بعض برامج التلفزيونات العربية بين ٦٠-٧٠٪ من مجمل ساعات البث اليومي . وأما البرامج التثقيفية والتعليمية وغير المصنفة والتي قد تناقش المواضيع المتعلقة بالتغذية والصحة ، فنسبتها أقل بكثير . وتشير الاحصائيات الى أن البرمجة التلفزيونية في المنطقة بوجه عام تعاني من ضعف في التخطيط ونتاج المواد التي تساعد على تعزيز عملية التنمية المتكاملة في المجالات الاجتماعية

والاقتصادية ومنها برامج الأسرة ، والمرأة ، وبرامج الارشاد الريفي ، والزراعي والصحة ، والشباب والتي تبث من جميع البرامج التلفزيونية في المنطقة وبشكل ثابت في معظمها .
ويلاحظ أن مشاهدة بعض هذه الموضوعات في منطقة الخليج العربي تأتي حسب الترتيب في المركز السابع (للصحة) والمركز (التاسع) للمجلة الزراعية في تلفزيون قطر^{٢٦} بين سائر البرامج التلفزيونية ، ويأتي برنامج الشباب في الترتيب الثالث مما يدل على ضرورة وضع المعلومات الضرورية عن التغذية في مثل هذه البرامج الموجهة لمجموعة مهمة في المجتمع .

وأما مضامين البرامج التلفزيونية المتعلقة بالتغذية والصحة فهي موجهة بالدرجة الأولى ، " للألم والزوجة وربة البيت " ، الآن معالجتها لا تتبع خطة ترسم فيها الأولويات وتوفر المعلومات الضرورية مثل أهم أمراض سوء التغذية في المنطقة بين الأطفال أو الكبار وأعراض نقص البروتين والطاقة الغذائية ونقص فيتامين (أ) السبب الرئيسي للعمى في بعض الطبقات الفقيرة ، أو الأمراض الناتجة عن كثرة تناول العناصر الغذائية بين الطبقات الغنية ، ومن هذه الأمراض مرض السكري ، والسمنة ، وأمراض تصلب الشرايين وغيرها ، وتغفل أكثر البرامج المرأة الريفية بالرغم من وجود البرامج الزراعية والارشاد الريفي الذي ينشر المعلومات والنصائح المتعلقة بالزراعة ، الآن الاهتمام بالحدائق المنزلية ، والتركيز على انتاج المواد الغذائية كالخضروات والفواكه مصدر الفيتامينات ، وتربية الدواجن مصدر اللحم والتي لها تأثير على النمط الغذائي والاكتفاء الذاتي والأمن الغذائي .

برامج سلامتك

بيت مسلسل سلامتك من خلال البرامج التلفزيونية في جميع دول منطقة الخليج العربي بشكل خاص وهدد من دول المنطقة منذ ١٩٨١م ، وهذا المسلسل من انتاج مؤسسة الانتاج البرامجي المشترك والتي تأسست ١٩٧٦ ، ومقرها الكويت ، وتهدف المؤسسة لخدمة دول الاقليم من أجل المساهمة في التنمية الاعلامية احدي أهداف مجلس تعاون دول الخليج .

وبرنامج سلامتك أحد البرامج المتخصصة الناجحة وجمهوره عريض وموجه لأكبر عدد ممكن من الناس للتعليم والتثقيف فيما يتعلق بالصحة والغذاء والتغذية وترشيد الاستهلاك، والسلامة العامة ، وغيرها من الموضوعات التي تمس الحياة اليومية للمواطن ، وتماهم في التنمية . ويقع الجزء الأول من هذا الانتاج في (٥١ حلقة) تلفزيونية (٣٠ دقيقة) وتميز هذه المسلسلات بنوعية عالية وجيدة من حيث الانتاج والاخراج ، وذلك نتيجة العمل المشترك والمتكامل لتحقيق أهداف موحدة لسكان المنطقة الذين تتشابه ظروفهم البيئية وأنماط حياتهم الاجتماعية والاقتصادية .

ومراجعة الجزء الأول من برنامج سلامتک ، فقد وجدنا أن هناك ١٦ حلقة تتعلق بالصحة والتغذية والوقاية من الأمراض ، وموضوع الأمومة والطفولة تهدف إلى اكتساب عادات وسلوك جديدة أخرجت بأسلوب تنموي واقعي يتلاءم مع البيئة من حيث اللهجة ونمط الحياة ، واحتياجات الناس . ومع الأسف لا تتوفر لدينا في هذا البحث الدراسات التي تشير إلى مدى تأثير البرامج على المشاهدين ، والتي نأمل أن تتم في المستقبل . كما نأمل أن يكون الجزء الثاني من مسلسل سلامتک والذي يقع في (٨٢ حلقة) جديدة قد تم اخراجه بعد تقويم الجزء الأول من الحلقات ، ولأهمية مثل هذه البرامج المفيدة فمن الضروري تشجيع قيام مزيد من الأعمال المشتركة بين مؤسسة الانتاج البرامجي المشترك التي أثبتت أهمية العمل الجماعي المتكامل والمنظمات الدولية المتخصصة التي تقم بالإشراف على تنفيذ المشاريع التنموية المختلفة في دول المنطقة ، والتي أصبحت تهتم بادخال وسائل الاتصال الجماهيرية في المشاريع الاجتماعية والاقتصادية والزراعية والصحية والتعليمية وغيرها ، وذلك للوصول لأكبر عدد ممكن من المستهدفين من المشاريع المتكاملة . فهناك فيض من المعلومات العلمية والدراسات والأبحاث الممكن الاستفادة منها ، وتوفيرها من قبل المنظمات المتخصصة لاستعمالها في انتاج برامج خاصة مثل برامج المرأة والطفل ، وغيرها من الموضوعات التي تصلح أن تبث من تلفزيونات المنطقة أو بواسطة الفيديو . وهناك ضرورة للاستشارات وورش العمل ، وتدريب القوى البشرية والقيام بدراسات التقييم ، ووضع الخطط فيما يتلاءم مع احتياجات المجتمعات في المنطقة .

وسائل الاتصال التقليديّة

يحتل هذا النوع من الاتصال في المنطقة مكانا خاصا كما في الدول النامية ، ويشير تقرير لليونسكو^٧ إلى أن وسائل الاتصال التقليديّة لا تزال الوسائل السائدة في القرى ، وأنها تلعب دورا حيويا في التنمية ، وحتى الحالات التي دخلت فيها الوسائل الحديثة إلى المناطق المعزولة ، فقد احتفظت الأشكال القديمة بمكانتها ، وهي الأخص حين تستخدم في التأثير على الاتجاهات والسلوك ، وفي تحريك المبادرات والدعوة إلى التغيير . وتدل التجربة الواسعة على أن الأشكال التقليديّة للاتصال يمكن أن تكون فعالة في تبرير الخرافات والأفكار البالية وأشكال السلوك التي ورثها الناس كجزء من التقاليد ، والتي يصعب تعديلها إذا كان من العسير توضيح فوائد التغيير ، ويستخدم أصحاب الوسائل التقليديّة أشكالا بارزة من الاقناع عن طريق تقديم الرسالة المطلوبة في أشكال فنية شعبية محلية بحيث يصعب على وسائل الاتصال الأخرى تقليد ها أو مناقشتها .

ويسود في دول المنطقة استعمال وسائل الاتصال الشخصي ، ومن هذه الأشكال ، الجوانب الفولكلورية (عادات ، تقاليد ، فن شعبي) ، وأشكال تعتمد على التجمعات الجماهيرية غير المنظمة (الأسواق ، الأعياد ، والمناسبات الدينية) ، وأشكال تعتمد

على التجمعات المنظمة (المساجد ، ودور العبادة ، والنوادي ، والساحات الشعبية ،
والديوانيات ، والمعارض والمتاحف) .

ويلاحظ أنه قلما تستعمل هذه الوسائل في موضوعات تتعلق بالثقافة الغذائية والصحة
والموضوعات التنموية المرتبطة بها ، وهناك أهمية خاصة لضرورة تعزيز الحملات الإعلامية
مثل حملات التطعيم ، أو ترشيد الاستهلاك ، أو دور الأم في البيت أو الرضاعة الطبيعية ،
وغيرها باستعمال الوسائل التقليدية والوسائل الشخصية بالإضافة للوسائل الحديثة من
أجل تأثير أقوى على الناس .

توصيات

- 1 - من أجل توظيف وسائل الاعلام في الثقيف الغذائي ، أحد عوامل التنمية الاجتماعية
والاقتصادية في منطقة الشرق الأدنى ، تضع الورقة المقترحات التالية : -
- 1 - ضرورة الاستفادة من وسائل الاعلام الموجودة في المنطقة والتي وصلت الى درجة
عالية من التطور من حيث توفر المعدات واستعمال التكنولوجيا الحديثة ، وللوصول
لأكبر عدد ممكن من الناس بالطرق غير الرسمية .
- 2 - ايجاد تخطيط وتنسيق بين وسائل الاعلام ونشاط برامج مختلف المؤسسات المعنية
بالعمل التنموي .
- 3 - العمل على زيادة المشاركة الاجتماعية أي مشاركة الجماهير في البرامج ، وذلك
باننتاج برامج واقعية تصور مع الناس .
- 4 - تأكيد المشاركة بابراز ردود الفعل أو رجوع الصدى ، من جمهور وسائل الاعلام من
خلال برامج خاصة مثل البث المباشر ، أو الخط المفتوح ٠٠٠ الخ ، وتشجيع الرد
على القراء لفتح حوار ومناقشة تتعلق بالتغذية والصحة .
- 5 - الاهتمام بتدريب القائمين بالاتصال في مجالات الزراعة ، والصحة ، وبرامج الأسرة ،
والمرأة والطفل والاقتصاد المنزلي ، والشباب ، ومحرري زوايا الأسرة في الصحافة ،
ومجلات المرأة ، وذلك باقامة ورشات عمل وندوات تتعلق بالثقيف الغذائي والصحف
وربطه بعملية التنمية .
- 6 - استعمال مفاهيم الثقيف الغذائي في البرامج والمسلسلات بطرق غير مباشرة من
أجل تأثير أقوى .
- 7 - الاستفادة من المعلومات والدراسات والأبحاث التي تنتجها منظمات الأمم المتحدة
المتخصصة ، مثل منظمة الأغذية والزراعة الدولية ، واليونسكو ، واليونسيف ، وغيرها
عند وضع مضامين البرامج الثقيفية .
- 8 - استخدام وسائل الاعلام بأساليب جديدة بدلا من تقليد النماذج أو الأنماط غير
المؤثرة .

- ١ - تشجيع الانتاج المشترك مثل برنامج سلامتک وتطويره بحيث يمكن استخدامه لتسريع عملية التنمية ولا يصله لأکبر عدد ممكن من الناس وعن طريق المشاريع المتكاملة والتي تشرف عليها المنظمات الدولية .
- ١٠- تشجيع انتاج فيديو كاسيت ، بحيث تصور الواقع ونمط الحياة وادخال التثقيف الغذائي بالأساليب غير المباشرة وذلك لسعة انتشار استعمال أشرطة الكاسيت في البيوت .
- ١١- تشجيع ايجاد الاذاعة المحلية ، والصحف الريفية لايصال المعلومات التنموية المتعلقة بالتغذية ، والزراعة وتنظيم الأسرة والارشاد الريفى .
- ١٢- انتاج المواد الاعلامية الثقافية بالأساليب الشيقة ، واستعمال ما يسمى بالوسائل الصغيرة (الفيديو) ، للوصول الى مجموعات محددة ، وذلك للاستجابة لاحتياجاتها من خلال مشاريع محددة .
- ١٣- ايجاد أسلوب متكامل يقوم على تعدد القنوات ، اذ أن الاتصال التنموى يكون أكثر نجاحا باستخدام أكثر القنوات المتوفرة ، بما فى ذلك قنوات الاتصال التقليدية ، مثل خطب الجمعة ، والأفانى الشعبية وغير ذلك .

المراجع

- ١ - احصائيات المقدمة مأخوذة من :
أ - Statistical, Yearbook, 1985, UNESCO, Paris
ب - Sixth Report WHO, on World Health Situation, Part one & Two
1973 - 77.
ج - اليونسكو تقرير اللجنة الرابعة للدورة الثانية والعشرون للمؤتمر العام ، باريس
١٩٨٣ .
د - صبحى القاسم ، نظرة تحليلية فى مشكلة الغذاء فى البلدان العربية، مؤسسة
عبد الحميد شومان ، الأردن ، ١٩٨٢ .
- ٢ - الجداول فى البحث مأخوذة من احصائيات حولية اليونسكو وليس كجد اول بكاملها .
- ٣ - Israel, Roland C. and Nestor Tighe, Joanne P.
A review and analysis of literature.
Nutrition Education series. Issue 7
Nutrition Education: State - of - the - art.
UNESCO, Paris, 1984.
- ٤ - Gussow, J.D. and Contento, I.: Nutrition Education in a
changing world: A Conceptulization and selective Review.
p.p. 20 - 22.
- ٥ - MC Combs M. and Donald Show. " The Agenda setting Function
of Press". In D.L. Show and M.E. MC Combs (eds), the
Emergence of American Political Issues: The Agenda-Setting
Function of the Press of West Publishing: St. Paul,
p.p. 1 - 16 (1977).
- ٦ - Gussow, J.D. and Contento, Ibid, p. 23 - 24.
- ٧ - المصدر السابق ص (٢٤) .
- ٨ - ندوة الاعلام من أجل التنمية فى الوطن العربى : ٢٥-٢٧ شباط ١٩٨٤، الرياض
المملكة العربية السعودية ، وقائع وثائق الندوة ، ص ٤٣٦-٤٣٧ .
- ٩ - مصر ، اتحاد الاذاعة والتلفزيون ، الادارة العامة للبحوث والاحصاء ، دور الاذاعة
الصوتية فى توصية رياض البيوت لأداء دورهن فى الأسرة والمجتمع . الاعلام العربى -
دورية الدراسات الاعلامية العربية - السنة الثالثة - العدد الأول - ص ١٧-١٨ .

- ١٠- المصدر السابق - أثر وسائل الاعلام على المجتمع السعودي المعاصر ، ص ١١٤ .
- ١١- المصدر السابق ، ص ١٢ .
- ١٢- Piaget, I. Childrens Thinking About Food and Eating-
A Piagetian- Base Study, Journal of Nutrition Education,
Volume 13, Number 1, Supplement, pp. S86 - S90 (1980).
- ١٣- Manoff R. The Effective use of Mass Media in Nutrition Education.
PAG Bulletin, Vol. IV, No. 1 p. 13.
- ١٤- Musaiger, A. "Can Nutrition Education Compete with
Advertising Messages in Developing Countries", New
developments in nutrition education, UNESCO, Nutrition Education
Series, Issue 11, pp. 212 - 215 (1985).
- ١٥- Statical Yearbook, UNESCO, Paris (1985).
- ١٦- عايدہ النجار وآخرون ، " دور الاعلام في استقطاب المرأة للعمل " وثائق ندوة
القوى البشرية الثاني - دور المرأة الأردنية ، ٤-٧ أبريل ١٩٧٦ ، وزارة العمل -
المملكة الأردنية الهاشمية ، (الورقة رقم ٢) .
- ١٧- مجلة العربي - يناير - سبتمبر ١٩٨٥ .
- ١٨- بعض المجلات النسائية الصادرة أو التي تفرع في منطقة الشرق الأدنى ؛
حوا (القاهرة) ، سيدتي (القاهرة) ، الحسناء (بيروت) ، أسرتي (السعودية) ،
غاده (لبنان) ، النهضة (الكويت) ، الشرقية (باريس) ، صوت المرأة (الشارقة) ،
زهرة الخليج (أبوظبي) ، الموضة (لندن) ، المرأة (العراق) ، الطفل (الأردن) ،
زينه (باريس) ، ياسمين (باريس) ، جمالك (لندن) .
- ١٩- عايدہ النجار ، " الصحافة النسائية وصورة المرأة العربية " ،
رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة كانساس في الولايات المتحدة الأمريكية .
- عايدہ النجار ، " عقد المرأة العالمي وصورة المرأة العربية " دراسة غير منشورة ،
١٩٨٥ .
- صورة المرأة في الاعلام العربي - دراسة تكميلية ، ١٩٨٤ (رقم ١١) ، الأمانة
العامة - ادارة شؤون المرأة والأسرة .
- ٢٠- الحسناء - آب - تشرين أول ١٩٨٦ م .
- ٢١- المصدر السابق - حوليه اليونسكو ١٩٨٥ .
- ٢٢- Statistical year Book, 1985, UNESCO, Paris.
- ٢٣- ابراهيم السمان مساعد وكيل وزارة الاعلام - مقدم ومعد البرنامج .

٢٤- المرجع السابق - حوليه اليونسكو ١٩٨٢ •

٢٥- المصدر السابق •

٢٦- مراقبة بحوث المستمعين والمشاهدين - وزارة الاعلام - قطر •

دور وأثر النشرات والبرامج الاخبارية في تزويد المستمعين والمشاهدين بالمعلومات والأحداث ، ١٩٨٤ •

International Commission of, the Study of Communication Problems. -٢٧
Interim Report on Communication Problems in modern society, UNESCO,
1978, p. 27.

أهمية التثقيف الغذائي في بلدان الشرق الأوسط
ومدى استفادته من أساليب الاعلام الموجهة للجمهور

د • شوقي داغر
الجامعة الأمريكية - بيروت

مقدمة

لا شك أن جميع العاملين في حقل التغذية والصحة العامة لديهم القناعة الكاملة عن أهمية نشر أصول التغذية الصحيحة بين جميع فئات الشعب من طلاب المدارس — موظفي المستشفيات والمؤسسات التي تهتم بتصنيع وتحضير الغذاء ، الى العائلات الاجتماعية وريبات المنازل • ومن الواضح أيضا أن حقل التثقيف الغذائي يجمع بين مهارة التربية والتعليم والخلفية العلمية لأصول الغذاء والتغذية •

يوافق الكثيرون منا على تعريف أحد العلماء¹ للتثقيف الغذائي بأنه "عملية تطبيق علم أصول التغذية والمعلومات العلمية القريبة من هذا الحقل وعلم الاجتماع والتعرف على الأفراد والجماعات بحيث تحتم على تناول أنواع متكاملة وكميات وافية من الطعام ليصبح للغذاء مساهمة أكبر في تحسين حالتهم الصحية واكتفائهم الاجتماعي" • ان البحث عن طرق مستهدفة تساعد في نشر المعلومات الصحيحة عن أصول التغذية ، تشكل حقا جديدا من الاهدات الثقافية ليس على المستوى المحلي فحسب ولكن على المستوى العالمي أيضا • ففي العام ١٩٧٢ مثلا كانت هناك أربعة دول فقط من بين جميع دول العالم الثالث تولى اهتماما جديا لمشاكل التغذية ، فأدخلت البرامج الغذائية ضمن خططها الانمائية ، وهذه الدول هي الهند وزامبيا والتشيلي وكولومبيا • أما الآن فقد ازداد الاهتمام كثيرا بمشاكل الغذاء والتغذية وانتشر في العالم العربي الكثير من الوحدات والمراكز والمعاهد التي تركز اهتماماتها على مواجهة مشاكل الغذاء وعلى نشر التثقيف الغذائي الصحيح • ومما ساعد في هذا التركيز المتزايد على أهمية نشر أصول الغذاء والتغذية بين جميع الناس هو اتجاه الطب الحديث الى التأكيد على أهمية وممارسة التدابير الوقائية لعدد من الأمراض الخطيرة بدلا من اللجوء الى الوسائل العلاجية فقط كما كانت الحال قبل عدة سنوات ، فأصبح لأمراض القلب والسرطان وحصى الكلى والسكري وغيرها من الأمراض الشائعة علاقة واضحة بالغذاء وأصبح من المسلم به وجوب تعديل أنماط الاستهلاك الغذائي لتوفير الحماية اللازمة لعامة الناس من بعض هذه الأمراض •

الحالة الغذائية في دول الخليج

إذا درسنا التقارير الموضوعة عن الأحوال الغذائية في دول الشرق الأوسط لوجدنا أن أمراض نقص التغذية شائعة بدرجة خاصة عند الأطفال • فمرض (المرازموس) أو الهزال التدريجي يعد منتشرا في جميع هذه البلدان من أقطار الخليج العربي إلى مصر والسودان وليبيا • كذلك مرض فقر الدم الناتج عن نقص مادة الحديد في الجسم فهو أيضا واسع الانتشار خاصة بين النساء وأطفال المدارس لدرجة أن أكثر من ٣٠٪ من هؤلاء الأطفال في بلدان الخليج يعتبرون مصابين بهذا المرض • أما مرض تورم الغدة الدرقية فإنه يكاد ينحصر في لبنان والعراق ، وداة الكساح الذي كان شائعا في البحرين وعمان ودولة الامارات وفي أجزاء من السعودية والعراق ، فهو أخذ في الزوال بسرعة ، وان كانت اصابات قليلة من حالات السيقان المتقوسة والصدر الحماص تكشف كل سنة بين أطفال المدارس في معظم دول الخليج • من الجدير ذكره أن العديد من حالات سوء التغذية في دول الخليج قد يكون ناتجا عن الاصابات بالطفيليات أو الالتهابات التي من شأنها أن تزيد من متطلبات واحتياجات الطفل الغذائية وتعرقل مدى انتفاع جسمه من الأطعمة التي يتناولها ، وقد يصل عدد الأطفال المصابين بهذه الطفيليات إلى أكثر من ٨٠٪ من مجموع طلاب المدارس الابتدائية • يقول أحد التقارير أن نسبة وفيات الأطفال في الكويت بسبب الأمراض المعدية والطفيليات يشكل ٢٥٪ من مجموع وفيات الأطفال • وتلاحظ معظم التقارير الصادرة عن دول الخليج الازدياد المتواصل في انتشار مرض تسوس الأسنان في جميع هذه الدول من غير استثناء • ويعزى هذا المرض إلى استهلاك المواد الغذائية المصنعة والتي تتوفر فيها مادة السكر بكثرة ، وهذه الظاهرة تعتبر إحدى النتائج المتأتية عن ارتفاع مستوى دخل الفرد وازدياد قدرته على الانفاق مما يساعد على ظهور أنواع متعددة من المواد الغذائية السكرية في المتاجر والمخازن والتعاونيات الاستهلاكية • والتقارير ذاتها تشير إلى أن أمراض القلب والسكري وجلطات الدماغ هي أيضا على ازدياد بين البالغين والمسنين من أهل الخليج • وهذه الأمراض التي أصبحت علاقتها بالسمنة وزيادة الوزن واضحة ومعروفة تدل أيضا ولو بشكل غير مباشر إلى ارتفاع مستوى المعيشة في هذه الدول وإلى توفر الغذاء على مدار السنة • من هذا نجد

أن دول الخليج تعاني من نوعين من حالات سوء التغذية :

النوع الأول وهو الموجود غالبا في الدول النامية ولكنه موجود أيضا في الدول الغنية والمتطورة مثل قلة النمو عند الأطفال والهزال التدريجي وحالات فقر الدم والاصابات بالطفيليات • والنوع الثاني وهو الموجود غالبا في الدول المتطورة والغنية مثل أمراض تسوس الأسنان والسمنة والسكري وأمراض القلب •

وهذا يعني أن دول الخليج الغنية ما تزال تحتاج إلى التثقيف الغذائي والتثقيف الصحي ، فكلاهما ضروري في هذه الحالة • ان التقدم السريع الذي تم في حقول

الانشاءات واستخدام الأواني المنزلية الحديثة كان أسرع من التقدم البطئ الحاصل فى مستوى الصحة العامة ومكافحة الطفيليات . لذلك ، وجب التنبيه الى أهمية الاعلام الصحى والغذائى لأن هذه البلدان بشكل عام لا تفتقر الى الغذاء ، فهو متوفر لكل الناس ولكنها بحاجة الى التثقيف الغذائى حتى يعرف كل مواطن نوع الغذاء الذى يجب أن يستهلك كي يوفر لنفسه الصحة الجيدة والانتاج المشر والعمر الطويل .

التثقيف الغذائى وأساليب الاعلام الموجهة للجمهور

ان المقومات الضرورية لنجاح أى برنامج للتثقيف الغذائى تتلخص بالأمور التالية^٦ :

١ - يجب أن يجمع الخبراء المعنيون بالأمور بأن هدف البرنامج يساعد على حل مشكلة قائمة فى البلاد .

٢ - يجب أن تكون المعلومات والنصائح التى يتضمنها البرنامج واضحة ، عملية ، ولا تشويها أى أخطاء .

٣ - يجب احداث هيئة لمراقبة وتقد ير مدى فعالية البرنامج أثناء وبعد التنفيذ .

وهنا يجب التنويه بأن المعلومات التى تبثها برامج التثقيف الغذائى يجب أن تتناول المشاكل الغذائية بشموليتها ، أى دورة الغذاء الكاملة بدءاً بالانتاج فى الحقول الزراعية الى نقل المحصول وتحضير الغذاء وحفظه وتخزينه لحين استهلاكه على مائدة الطعام^٧ . وما لاشك فيه أن سبل تنفيذ برامج التثقيف الغذائى متعددة ومتنوعة وسوف نتناول فى بحثنا هذا الأساليب الموجهة للجمهور .

ان تحديد الأساليب الموجهة للجمهور يعنى الراديو والتلفزيون ويشمل أيضا لوحات الاعلانات والملصقات والمجلات والجرائد والكتيبات والنشرات ، وكما قال مانوف^٨ فان هذه الأساليب خاصة الراديو والتلفزيون تعد أقوى الوسائل التى يمكن توظيفها لحل مشاكل التثقيف الغذائى لأننا نستطيع بواسطتها الوصول الى جماهير الشعب من كل فئاته وفى أقصر وقت ممكن . من المؤسف أنه حتى الآن لم يتحرك المسؤولون فى حقل التثقيف الغذائى فى بلدان الشرق الأوسط بالسرعة اللازمة ولم يتركوا هذا الباب بالشكل المطلوب ، بل تركوه مفتوحا للاعلانات التجارية وما تتضمنه من معلومات خاطئة قد تؤثر على التثقيف الغذائى الصحيح^٩ . انه من الواجب أن يكون للتثقيف الغذائى العلمى والصحيح فى دول الخليج حصة كبيرة من برامج الراديو والتلفزيون والياترك هذا الميدان فـسـاـخا للاعلانات التجارية التى تحصر اهتماماتها وتطلعاتها فى طرق بيع الغذاء بالسعر المناسب وليس فى سبل تحسين الحالة المعيشية . نتساءل هنا مثلا ما هى القيمة الغذائية فى كافة أنواع العلكة أو المشروبات الغازية التى غالبا ما تظهر اعلاناتها على شاشة التلفزيون والتى تؤثر كثيرا على العادات الغذائية للأطفال فينصرفون الى تناولها عوضا عن تناول أنواع أخرى من المشروبات تكون أكثر فائدة لهم .

ان الانتشار الواسع لأجهزة الراديو والتلفزيون في دول الخليج يبرر مدى الأهمية التي قد تركها هذه الندوة على أجهزة الاعلام هذه . ففي مدينة المنامة بالبحرين مثلا تكون نسبة ربات المنازل التي تشاهد التلفزيون مدة ساعة أو اثنتين في اليوم ٩٦٪ من مجموع النساء^{١٠} . ولاشك أن أجهزة الراديو المنتشرة في جميع البيوت والسيارات والمطاعم والمكاتب ، في المدن والأرياف ، تشكل عنصرا مهما من أجهزة الاعلام الوطني . ولئن كان التلفزيون يعتبر أكثر فعالية في التأثير على العادات الغذائية لأنه يتعامل مع حاسة السمع والبصر ، فان استخدام الراديو مع التلفزيون في نفس الوقت يمكن أن يحقق نجاحا أكبر مما لو استخدمنا هذين الأسلوبين في ظروف زمنية متباعدة . ويمكن الذهاب الى أكثر من ذلك والقول أن أساليب التثقيف الأخرى كالمحاضرات والمناقشات التي تدور وجها لوجه ، تساعد على زيادة تأثير الراديو والتلفزيون بطريقة تعاونية مما يحتم جعل الحملات الاعلامية أن تكون دوما متعددة الأساليب . فيجب التأكيد هنا أن الراديو والتلفزيون يعتبران بلاشك الأكثر فعالية ولكن وجود الأساليب الأخرى يساعد كثيرا على بعث الرغبة لدى المستمع أو المشاهد وعلى خلق المناخ الملائم للانفتاح على روح التغيير وتقبيل المعلومات الجديدة .

استراتيجية العمل في استعمال الراديو والتلفزيون في التثقيف الغذائي

ان العمل في اعداد برامج الراديو والتلفزيون لهدف التثقيف الغذائي يبدأ بجمع المعلومات المتوافرة عن الحالة الغذائية في البلاد ودرسها لمعرفة نقاط الضعف الواجب معالجتها وتعيين المواضيع الملحة ووضع سلم الأولويات للمشاكل الغذائية . يتعين بعد ذلك انشاء لجنة خاصة تقم باعداد واخراج هذه البرامج . تقع على عاتق هذه اللجنة مسؤولية وطنية كبيرة من حيث صحة المعلومات وفعالية بثها ونشرها . لا يستطيع عالم التغذية منفردا القيام بهذا العبء وكذلك الحال مع المخرج التلفزيوني أو خبير التسويق أو مسؤول وزارة الصحة ، ولكن اذا اجتمع عدد من الخبراء والاختصاصيين وشاركوا معا ، كل في حقل اختصاصه ، فان فرص النجاح لاعداد البرنامج تزداد كثيرا . ومن بعض النقاط الأساسية الواجب مراعاتها عند اعداد برامج الراديو والتلفزيون نلخص ما يأتي :

الراديو	التلفزيون
رسائل قصيرة	برامج مطولة وشاملة
(١) مبسطة : لأهل الريف	تصديرية وليست كلامية
(٢) متقدمة : للمعلمين	ترفيهية اذا أمكن
(٣) تتضمن معلومات عن الطبخ الشعبي للنساء	

ان الانتشار الواسع لأجهزة الراديو والتلفزيون في دول الخليج يبرر مدى الأهمية التي قد تركها هذه الندوة على أجهزة الاعلام هذه . ففي مدينة العنامة بالبحرين مثلا تكون نسبة ربات المنازل التي تشاهد التلفزيون مدة ساعة أو اثنتين في اليوم ٩١٪ من مجموع النساء . ولاشك أن أجهزة الراديو المنتشرة في جميع البيوت والسيارات والمطاعم والمكاتب ، في المدن والأرياف ، تشكل عنصرا مهما من أجهزة الاعلام الوطني . ولئن كان التلفزيون يعتبر أكثر فعالية في التأثير على العادات الغذائية لأنه يتعامل مع حاسة السمع والبصر ، فان استخدام الراديو مع التلفزيون في نفس الوقت يمكن أن يحقق نجاحا أكبر مما لو استخدمنا هذين الأسلوبين في ظروف زمنية متباعدة . ويمكن الذهاب إلى أكثر من ذلك والقول أن أساليب التثقيف الأخرى كالمحاضرات والمناقشات التي تدور وجها لوجه ، تساعد على زيادة تأثير الراديو والتلفزيون بطريقة تعاونية مما يحتم جعل الحملات الاعلامية أن تكون دوما متعددة الأساليب . فيجب التأكيد هنا أن الراديو والتلفزيون يعتبران بلاشك الأكثر فعالية ولكن وجود الأساليب الأخرى يساعد كثيرا على بعث الرغبة لدى المستمع أو المشاهد وعلى خلق المناخ الملائم للانفتاح على روح التغيير وتقبل المعلومات الجديدة .

استراتيجية العمل في استعمال الراديو والتلفزيون في التثقيف الغذائي

ان العمل في اعداد برامج الراديو والتلفزيون لهدف التثقيف الغذائي يبدأ بجمع المعلومات المتوافرة عن الحالة الغذائية في البلاد ودراسها لمعرفة نقاط الضعف الواجب معالجتها وتعيين المواضيع الملحة ووضع سلم الأولويات للمشاكل الغذائية . يتعين بعد ذلك انشاء لجنة خاصة تقم باعداد واخراج هذه البرامج . تقع على عاتق هذه اللجنة مسؤولية وطنية كبيرة من حيث صحة المعلومات وفعاليتها بثها ونشرها . لا يستطيع عالم التغذية منفردا القيام بهذا العبء وكذلك الحال مع المخرج التلفزيوني أو خبير التسويق أو مسؤول وزارة الصحة ، ولكن اذا اجتمع عدد من الخبراء والاختصاصيين وشاركوا معا ، كل في حقل اختصاصه ، فان فرص النجاح لاعداد البرنامج تزداد كثيرا . ومن بعض النقاط الأساسية الواجب مراعاتها عند اعداد برامج الراديو والتلفزيون نلخص ما يأتي :

الراديو	التلفزيون
رسائل قصيرة	برامج مطولة وشاملة
(١) مبسطة : لأهل الريف	تصديرية وليست كلامية
(٢) متقدمة : للمعلمين	ترفيهية اذا أمكن
(٣) تتضمن معلومات عن الطبخ الشعبي للنساء	

ان استعمال الرسائل القصيرة فى برامج الراديو يسهل وصول المعلومات الى جميع أفراد الشعب بفعالية كبيرة ، وذلك لأن الرسائل القصيرة لا تتطلب جهدا كبيرا من المستمع كى يتفهمها خاصة اذا تكررت اذاعتها عدة مرات يوميا . من المستحسن أن تستغرق هذه الرسائل ٥٠-٦٠ ثانية وتجرى اذاعتها بين البرامج الترفيهية والبرامج الشعبية الأخرى . ان مستوى المعلومات التى تتضمنها تلك الرسائل يشكل عاملا هاما فى مدى نجاحها أو فشلها فى تكوين الانطباعات المرغوبة على فئات الشعب^١ ، فاذا كان مستوى الرسالة متقدما ، صعبا على عامة الشعب ، خاصة سكان الأرياف منهم ، استيعاب مضمونها ————— التأثير بها . أما بالنسبة لمشاهدى التلفزيون فان البرامج الترفيهية هى التى تحظى باهتمامهم ، وتشدهم الى الشاشة الصغيرة . وعند ظهور البرامج الثقيفية غالبا ما ينتقل المشاهد الى محطة أخرى أو قنال آخر فى محاولة لايجاد ما يروق له مشاهدته . لذلك أصبح من المستحسن ادخال عامل الترفيه الى برامج الثقيف الغذائى كوسيلة لجذب انتباه المشاهدين وتقوية رغبتهم لمتابعة هذه البرامج التى قد تعود عليهم بالنفع العظيم فى المستقبل . وقد عدد بعض العلماء^٢ ايجابيات وسلبيات برامج البث الاذاعى والتلفزيونى فى مجال الثقيف الغذائى كما يلى^٢ :

الايجابيات :

- ١ - سرعة كبيرة فى التأثير على التصرفات المتعلقة بالغذاء عند جميع أفراد الشعب دون استثناء .
- ٢ - تكاليف قليلة بالنسبة للنتائج خاصة اذا كانت أجهزة الالتقاط منتشرة بين أفراد الشعب واذا كان المستمعون والمشاهدون يشكلون بيئة متجانسة ومتشابهة فى اللغة والعادات الاجتماعية .
- ٣ - امكانية بث النصائح القيمة من قبل خبراء التغذية ليستمع اليها ويشاهد ها جميع أفراد الشعب بطريقة متجانسة وعلى فترات محددة .
- ٤ - زيادة فعالية وسائل الثقيف الأخرى التى تعتمد على المقابلات الشخصية لنشر المعلومات وذلك بتقوية الرغبة فى زيادة الاتصالات والمباحثات بين العاملين فى الحقل وبين رواد الفكر فى المجتمع وتسهيل عملية الثقيف والتغيير بالتكرار والتأثير التعاونى على وسائل الاعلام الأخرى .
- ٥ - تحريك الجماهير فى سبيل انتاج أوفر للغذاء وانتباه أكثر لعوامل الصحة .

المسئليات

- ١ - التأثير على المعلومات الغذائية قد لا يعنى التغيير خاصة اذا توقع المستهلك أو المشاهد مواجهة بعض المخاطر ، فالأم مثلا تجد صعوبة فى تغيير وسائل الاعتناء بالطفل وطرق تغذيته وتجربة ما لا تعرفه حرصا منها على صحة وسلامة طفلها .
 - ٢ - عدم جرأة الطبقة الفقيرة على التغيير خوفا من الفشل ومن اخفائهم فى استيعاب نتائج ذلك الفشل .
 - ٣ - اساءة تفسير الرسائل التلفزيونية أو الاذاعية القصيرة قد يؤدي الى تغيير معاكس لما يتوخاه واضعوا البرامج .
 - ٤ - ان البرامج الشاملة والتي تتضمن معلومات وافية تكون طويلة ومملة لمعظم الناس الا لقله منهم لديهم اهتمام خاص بمسائل الغذاء والتغذية ، لذلك يجب مراعاة هذه النقطة واغراء المشاهدين والمستمعين بالمشاركة فى هذه البرامج من خلال الاتصالات التليفونية والمقابلات والريورتيجات واللقطات الترفيحية .
 - ٥ - وجوب مبادرة أهل السياسة للقيام بدعم متواصل لنشاطات التنمية وحث المؤسسات على التعاون لانجاح استعمال هذه الأساليب فى مجال التثقيف الغذائى .
- من الواجب أن نشير هنا الى بث رسالة واحدة على شاشة التلفزيون أو حتى عدة رسائل لا تضمن فرص النجاح للتغيير . ان الاعلان المتواصل تماما مثله مثل التعليم المتواصل فى المدارس هو الوحيد الذى يكفل تغييرا فى الاتجاه المسلكى . فاذا ما تعثر هذا الجهد وانقطع عن حث المواطن على الأخذ بهذه الأفكار الجديدة ، فان المستمع سرعان ما يعود الى عاداته السابقة المترسخة فى ذهنه والتي دأب على مزاولتها منذ الصغر ، حتى بعد اعتناقه بعض العادات والتصرفات الجديدة والمحسنه . ويجب ألا ننسى أننا فى حقل التغذية نتعامل مع موضوع هو من الأهمية بمكان لجميع المواطنين . فالكل يتناول الغذاء مرات عديدة فى اليوم . وهذه العملية تتعامل مع حواس الشم والذوق واللمس وجميع هذه الحواس فائبة عن وسائل التثقيف الغذائى الموجه للجمهور^{١٣} .
- ومن الواضح أيضا أنه بالرغم من كون برامج التثقيف الغذائى موجهة نحو فئة معينة من الناس ، فانها عمليا تصل الى مجموعة واسعة من السكان ، وقد تترك أثرا مهما على تغيير عاداتهم الغذائية^{١٤} ، وتقول ماكونتن^{١٥} أنه يجب على مخططي برامج التثقيف الغذائى أن يعطوا أهمية خاصة للأمهات والأطفال من بين باقى فئات الشعب وذلك لأن للأمهات تأثير كبير على تكوين العادات الغذائية لأولادهن ولأن أطفال المدارس لا يزالون فى طور تكوين العادات الغذائية التى ترافقهم فيما بعد مدى الحياة .

وفي النهاية لابد من التشديد على أهمية وضع برامج خاصة ومتواصلة تكون مهمتها مراقبة وتقييم فعالية وجدوى برامج التثقيف الغذائي لأنه لولا وجود التقييم لما أمكن تباين الأخطاء وتصحيحها ولا أمكن الجزم على مدى التغيير الذي تحقق من جراء تطبيق هذا النشاط في حقل التثقيف الغذائي^{١٦} . ومن البرامج التي تم تقييمها في هذا المجال برنامج تشجيع الرضاعة في مدينة اب باليمن الشمالي^{١٧} ، فهذا البرنامج الذي استحدث في حقل التثقيف الغذائي سنة ١٩٧٨ وتم انهاء العمل فيه سنة ١٩٨١ ضم سلسلة محاضرات وأفلام سينمائية عرضت في مراكز الأمومة ومراكز العناية بالطفل . دلت نتائج التقييم على أن البرنامج استطاع أن يزيد من نسبة الأمهات المرضعات لأطفالهن من ٥٢% الى نسبة ٨٣% وهذا يعد نجاحا مرموقا . وهكذا نرى أن المسح الغذائي المحدود المطلوب في بداية برامج التثقيف الغذائي ، يجب أن يتبعه مسح آخر يلاحق النقاط التي استهدفتها تنفيذ البرنامج حتى يتم معرفة مدى التقدم الذي تم احرازه .

المراجع

- Obert, J. "Community Nutrition". John Wiley & Sons, New York, (1978). — ١
- Technical Assistance Information Clearinghouse American Council of Voluntary Agencies, "Nutrition and Systems Delivery", New York, (1973). — ٢
- ٣ — تقرير عن وضع الأغذية والتغذية في دول الخليج • أوتريت وس • ميلا دي • الجزء الأول • منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة ، روما - إيطاليا (١٩٧٩)
- Someswara, Rao, K., "Panorama of Malnutrition in the Eastern Mediterranean Region". FAO/WHO/UNESCO/UNICEF. First Subregional Seminar on Nutrition Education, Khartoum, Sudan (1974). — ٤
- Autret, M. Report on the State of Food and Nutrition in the Country of Kuwait, FAO/UNICEF (1980) — ٥
- Truswell, S. "A National Food Policy for Prevention of Coronary Heart Disease?" Postgrad. Med. J. 54: 215 (1978) — ٦
- Gussow J.D. "Who Pays the Piper" Teacher College Record, 81(4): 448— ٧ (1980).
- Manoff, R. "Potential Uses of Mass Media in Nutrition Programmes". J. Nutr. Educ. 5 (2): 125 (1973). — ٨
- ٩ — مصيقرع • تأثير الاعلان التجاري على السلوك الغذائي • مجلة الفيصل الطبية : ٦ ، ٢٨ (١٩٨٢)
- Musaiger, A. "The Impact of Television Food Advertisements on Dietary Behaviour of Bahraini Housewives". Ecol. Food Nutr. 13: 109 (1983) — ١٠
- Chicci, A. and Guthrie, H. "Effectiveness of Radio in Nutrition Education". J. Nutr. Educ. 14 (3): 99 (1982) — ١١
- Zeitlin, M. and Formacion, C. "Nutrition Intervention in Developing Countries. Study II: Nutrition Education". Oelgeachlager, Gunn and Hain Publisher Inc. (1981) 341 p. — ١٢

- Egly, M. "The Contribution of Audio-Visual Techniques in World and Nutrition Education". Sincton and Howat (editors). Oxford University Press (1980). -13
- Manoff, R. "Social Marketing. New Imperative for Public Health". Praeger Scientific. New York (1985) 294 p. -14
- Mc. Naughton, J. "Les Programmes d'Intervention Nutritionnelle: Piége et Potentialités". Ceres 16 (2): 28 (1983) -15
- Schuerch, B. ed. "Evaluation of Nutrition Education in Third World Communities". Bern, Van Huber Publishers, (1982), 235 p. -16
- Greiner, T. "A Preliminary Report of positive outcome of Breastfeeding promotion in Ibb, Yemen Arab Republic". Ithaca, New York: Cornell University (1982) -17

التثقيف الغذائي ومثقلته فى مناهج علم الأحياء

د • غازى أبو شقرا
منظمة اليونسكو - الأردن

مدخل

حظي موضوع التربية الغذائية (التثقيف الغذائي) ، كميدان جديد من ميادى — التربية ، باهتمام المنظمات الدولية مثل منظمة الأغذية والزراعة الدولية ومنظمة الصحة العالمية ومنظمة اليونسكو ، واللجان الاقتصادية الدولية للأقاليم وغير ذلك • وفى الآونة الأخيرة حظي هذا الحقل العلمى بعناية واهتمام بالغين من قبل واضعى المناهج الدراسية والمخططين التربويين وعلى مستوى الوسائل التربوية (الكتب المدرسية والشرائح (Slides)) والرقائق الشفافة (Transparents) والأفلام التربوية وذلك نظرا للترابط الوثيق للعلوم الحياتية والتصاقها المباشر بحياة الفرد ورفاهيته (اذ أن جسد الفرد هو أقرب الكائنات إليه) • والفرد هو نتاج بل افراز الفعل التربوى التأهيلي والتنموى ان علمى صعيد التوازن الجسدى (الأمن الغذائى الصحى) ، وان على صعيد الاتزان النفسى والعاطفى والانفعالى المؤمن لانسجام الشخصية وتوافقها سلوكا وتصرفات (الأمن الاجتماعى وما يستتبعه من طمأنينة ورضى واستقرار) •

ولقد تبين أثر التغذية المتوازنة عند الأطفال فى تهيئة التربة الفكرية المؤهلة لتلقى العلم الرياضى الدقيقة والتجريدية • اذ أنه أصبح من الثابت أن كثيرا من الاعاقات على مستوى الادراك تعود جذورها لمسببات سوء التغذية عند الأطفال فى سنهم الأولى :
١ - تقصير المنهج تغطىة واستجابة لحاجات المتربين وتختلف المناهج المدرسية — اشباع هذه الحاجات •

٢ - جهل المدرس غير المستنير ، وقصر نظره ولا مبالاته (الموات المهنى (Professional mortality) كما بينه الباحث R. Simpson فى كتابه المربى والتقويم الذاتى (Teacher Self-evaluation) (نسبة تفوق المدرسين لا تتجاوز ٥٢ بالمئة!)
٣ - التخلف العقلى أو الاعاقة عند التلميذ والناجئة اما عن معوقات وراثية الجذور ، واما غذائية الطابع وهى أكثر •

كما توصلت الأبحاث العلمية لاثبات تأثير الاغذاء وسط المشيمة الرحمية (Placenta) على سلوك الأجنة خاصة عند التوائم الحقيقية التى تحيا فى وسط مشيمى واحد وذات أصل جينى واحد وتغذية مشيمية واحدة على عكس التوائم نظيره نظرا للاختلاف الجينى واختلاف الغذاء المشيمى المتعدد •

وتبين أخيراً أن نطية الغذاء من حيث التوازن الأيوني (Ions) لعناصر الصوديوم (Na+) والبوتاسيوم (K +) والكالسيوم (Ca ++) أو طغيان أحد هذه الأيونات على الأخرى ، من شأنه تقرير هذا النمط الجنسي أم ذاك عند عملية الحمل • وذلك بتأمين الوسط البيئي الجاذب أما للكرموسم (الصبيغ) الجنس الذكري (Y) أو نظيره (X) • وهذا الانجاز الخارق أبرز دور إيجابية المرأة في عملية تقرير جنس الوليد وعدم سلبيتها أو حيادها كما كان معروفا لفترة وجيزة خلت •

نستطيع أن نستنتج من كل ذلك دور الغذاء والتغذية المتوازنة وأهميته الفائقة • من هنا كان للثقافة الغذائية والشاملة في الاقتصاد المنزلي (Home economics) مركز الصدارة في التطلعات التربوية المعاصرة وفي الاتجاهات التربوية الحديثة لاحتلال موضوع التغذية المكان اللائق في المناهج والمقررات المنهجية أو برامج العمل الصفى واللاصفى ، فلا تبقى موزعة نتفا وشذرات بين أبواب العلم العامة والجغرافيا الاقتصادية والبشرية ، والتدبير المنزلى وعلوم الأحياء المتنوعة كالنبات والحيوان والبيئة •••

من هذا المنظور تستمد ورقة العمل هذه أهميتها على صعيد المناهج في إعداد المناخات المؤهلة لاكتساب ثقافة غذائية تأهيلية أصبحنا في حاجة ماسة إليها ، بعد أن قضت ظروف الحياة المدنية (من مدينة) والتضخم المدنى وما يرافقهما من صنوف المكننة (mechanisation) على جميع الصعد وخاصة ابتعاد الانسان عن الطبيعة الخيرة المعطاء والمتوازنة في الأصل قبل سلاسل التلويث المستمر لهوائها ومائها وترتبتها • من هنا يظهر ترابط وتكامل الثقيف الغذائى بالصحة العامة وبالعلم الاقتصادى والاجتماعية وشمولية هذا الحقل المتعدد الأشكال الموضوعية وتشعب وتداخل أنماطها • ثم الضرورة في تناول هذا الموضوع في جميع مراحل الدراسة الابتدائية والمتوسطة والثانوية واحلاله في المقررات المنهجية بحيث تراعى " الجرعات " التربوية اذا صح التعبير بين مستوى دراسى وآخر من حيث شمولية المفاهيم والأهداف الواحدة في الأساس ، لكن الخطوات المرحلية تختلف بين مرحلة دراسية وأخرى انسجاما مع مراتب نمو الدارسين عقليا وجسديا •

أهداف تدريس التربية الغذائية ضمن منهج الأحياء

أ - أهداف تدريس التربية الغذائية في المرحلة الابتدائية
في إطار الأهداف العامة للتربية تمحورت أهداف المرحلة الابتدائية في القطر العراقى حول العمدة التالية : النمو الجسمى ، النمو العقلى ، النمو الاجتماعى ، وقد جاء تحت النمو الجسمى فيما يختص بالتربية الغذائية تحقيق الخطوات المرحلية التالى بيانها :

- أ - أن يعرف التلميذ طبيعة التغيرات الجسمية وما يتطلبه النمو الجسمي من شروط صحية .
- ب - أن يلم بالقواعد الصحية والحقائق المتصلة بالتغذية السليمة .
- ج - أن ينام ويأكل ويعمل ويلعب وفقا للقواعد الصحية .
- د - أن يعرف وسائل الوقاية من الأمراض ويطبقها بعد أن يكون على بينة منها .
- هـ - أن يقدر الدور الذي يلعبه الطب في تحقيق سعادة المجتمع .
- و - أن يعتبر النظافة والقوة والنشاط أشياء محببة الى النفس وأن يقدر جماليتها .
- ز - أن يشعر بمسؤوليته عن رفع المستوى الصحي في بلده .
- ح - أن يتهيأ له في بيته ومدارسته من يعنى بصحته الجسمية والعقلية .
- ط - أن يدرك أن جسم الانسان وعقله ووجدانه وحدة متكاملة متداخلة العناصر اذا أصاب أحدها ضرر يؤثر ذلك على بقية العناصر وبالعكس .

وتبرز أهداف تدريس علوم الحياة والتربية الصحية للمرحلة الابتدائية بما يلي :

- ترويض التلاميذ بقدر من المعلومات والحقائق الوظيفية .
- ترويض التلاميذ بالمهارات العلمية .
- مساعدة التلاميذ على تنمية اتجاهاتهم العلمية .
- تقدير جمال الطبيعة وعظمة الخالق .
- تنمية ميل التلاميذ نحو دراسة العلوم .
- اكتشاف المواهب العلمية وتنميتها في سبيل الابتكار والابداع .

توجيهات تربوية

- ١ - عند دراسة الحقائق العلمية فيما يختص بالنباتات على وجه التخصيص ، ينبغي أن يكنه المدرس الأبعاد الحياتية والكونية لهذه الكائنات المنتجة للغذاء (Producers) ، وأن يهتم بتوضيح ضرورة تنمية الثروة النباتية ، وكذلك تكوين الاتجاهات العلمية السليمة لدى التلاميذ فيما يتعلق بالانتاجية النباتية (Productivity) للمنظومات البيئية أي مردود الهكتار الواحد / سنة .

ومن جهة أخرى يتوجب ربط المعرفة العلمية بالمقتضيات السلوكية المجتمعية ؛ فلا يكفي أن يلم التلميذ في المرحلة الابتدائية بالمفاهيم العلمية حول النباتات فحسب بل أن يطبق هذه المدركات في توجهاته السلوكية نظرا لأهمية الممارسة التطبيقية ، إذ لا يكفي مثلا أن يلم التلميذ بأخطار تناول الخضروات دون غسلها وتعقيمها بل أن يطبق ذلك في مسار حياته . فالجانب العملي هو الهدف الأساسي من هذا المنظور ويتساوى بل يفوق من حيث أهميته الجانب النظري البحث .

- ٢ - أن يحاول المدرس جاهدا ربط المدركات العلمية والفاهيم بالبيئة والمجتمع .
 ففي الوسط الريفى القروى يحاول حث المتربين على الاعتناء بأصول تربية
 وانتقاء السلالات النباتية والحيوانية والتأقلم معها مما يحول دون هجرة الريف
 والتعلق بالأرض لتلقى الأزمات الاجتماعية التى تستتبع هذه الهجرة الداخلية .
- ج - أن يشجع الطلبة على التعامل المباشر مع الكائنات النباتية والحيوانية وإشراكهم
 فى الأنشطة (Activities) وجمع العينات النباتية والحيوانية للتأقلم معها
 وإقامة مرابي مائية للأسماك (Aquarium) ومرابي ترابية (Terrarium) للحشرات
 والزحافات ، ومعشبات للنباتات (Herbarium) .

أهداف التربية الغذائية فى المرحلة المتوسطة ضمن مناهج الأحياء

تتمحور هذه الأهداف حول العمد التالية :

- تمكين الطلاب من ادراك بعض الحقائق والفاهيم والمبادئ العلمية لتعريفهم على فهم
 أنفسهم والظواهر الطبيعية والكونية وادراك أسرارها لتنمية وتعميق علاقتهم بالبيئة
 (الانغراس والتجذر البيئى وتعزيز روح الانتماء للتراب الوطنى والقومى) .
- تمكين الطلبة من ادراك عظمة الخالق من خلال فهم لحياة الأحياء والظواهر
 الطبيعية والنظام الكونى البديع .
- تمكين الطلبة من فهم دور العلم والتكنولوجيا فى استغلال مصادر الثروة الطبيعية
 فى الوطن العربى ورفع مستوى الانتاج وتطوير أساليبه والمحافظة على البيئة وحمايتها .
- معالجة الموضوعات المهمة فى حياة الطلبة بصورة طبيعية متكاملة لا تتحكم فيها الحواجز
 التى توضع عادة بين العلم المختلفة ، فدراسة موضوع الماء والهواء تتم بصورة
 متجانسة متكاملة وليست أجزاء من علوم منفصلة .
- توضيح كيفية استغلال الانسان لمصادر الطاقة والثروات الطبيعية فى حياته ، وذلك
 بتبيان الدور الذى قام به العلماء الاعلام من الاسلاف فى مجالات الطب والعلوم
 الفيزيائية (ابن سينا ، الرازى ، جابر بن حيان ، ابن الهيثم) .
- تنمية بعض العادات الصحية فى المأكل والمشرب وكذلك الوقاية من بعض الأمراض
 الطفيلية المتوطنة (البلهارسيا ، حمى البرداء ، أو الملاريا) ، وأمراض سوء التغذية
 مثل تضخم الغدة الدرقية الناتج عن حرمان المواطنين من التقوت بمنتجات ، حياة
 بحرية المصدر أو استعمال ملح الطعام المحتوى عنصر اليود الذى يسهم فى تركيب
 هرمون الثيروكسين (thyroxin) .
- التعرف على مصادر الثروة فى البلاد من حيث الثروة المائية والمعدنية ومدى استغلال
 هذه الثروة حاليا والتخطيط لاستغلالها فى المستقبل .

- تقدير جهودات الدولة وسهرها من حيث تسخير العلم وتطبيقاتها لرفع مستوى المواطنين صحيا واقتصاديا واجتماعيا .
 - تعريف الطالب بطبيعة جسمه وأجهزته المختلفة ووظائف كل جهاز ما يتيح له استبصار ضرورة العناية بأجهزة الجسم بطريقة سليمة خاصة في هذا العمر الزمنى المصاحب لمرحلة المراهقة الصاخبة بالتغيرات الفسيولوجية والنفسية .
 - الوقوف على أهم مميزات الكائنات الحية وخصائص الحياة فيها ومعرفة هذه الخصائص في الانسان والنبات الراقى وكذلك في الكائنات السفلى الأقل تعقيدا .
 - دراسة علاقة بعض الاحياء بالانسان سواء أكانت مضرّة أم مفيدة وبيان جهودات العلم لاكتشاف وسائل مقاومة المضر منها وكذلك وسائل حسن استغلال المفيد والنافع من الكائنات .
 - دراسة بعض الأمراض الشائعة التي تسببها بعض الكائنات الحية من بكتيريا أو حيوانات بدائية أو ديدان وطرق انتشار تلك الأمراض ومساعدة الطلاب على اتقانها ومساعدة البيئة المحلية على الحد من انتشارها .
 - مساعدة الطلاب على الاستراة من دراسة الأحياء في المستقبل وذلك لتكوين المختصين في مجالات الزراعة والطب وحماية البيئة التي ترتبط ارتباطا مباشرا بدراسة الأحياء .
- أهداف تدريس التربية الغذائية في المرحلة الثانوية الاعدادية و علم الأحياء

تتلخص هذه الأهداف في المحاور التالية :

- اعداد العلماء والباحثين والفنيين الذين يستطيعون القيام بدور فاعل لمعالجة اداء والتخلف في الوطن العربي اعتمادا على وسائل اعلامية تثقيفية في شتى الميادين الزراعية والصناعية والاقتصادية والاجتماعية .
- تزويد الطالب بمعلومات وخبرات ومهارات تفيد في حياته الشخصية والاجتماعية وتجعل منه مواطنا صالحا يحسن استخدام الوسائل والأساليب العلمية في بيئته ويسهم في تحسين الانتاج .
- ادراك قيمة العلم في استغلال المصادر الطبيعية للثروة والاستفادة منها في تنمية الثروة النباتية والحيوانية والمعدنية وتحسين طرق الانتاج .
- تنمية ميل الطالب الى تفهم أسرار الحياة الأساسية والتعرف على ما يحيط به من الكائنات الحية ودراسة خواصها وعلاقتها بحياة الانسان مع تنمية ميله نحو هذا النهج من الدراسة .
- دراسة مصادر الثروة النباتية والحيوانية من مائية وأرضية (برية) مع توضيح مدى الاستفادة منها حاضرا ومستقبلا.

- الاشارة الى الجهود المبذولة فى الوقت الحاضر لزيادة الانتاج الزراعى والحيوانى
عماد التغذية وخاصة تحسين السلالات بالتهجين ، وادخال الأنواع الجديدة الى
بيئتنا خاصة الزراعات التى تتكيف مع البيئة الصحراوية الجافة .
- توضيح الحقائق والقوانين الأساسية التى تتحكم فى تركيب وحياة ونمو النباتات للطلبة
ما يعينهم على تفهم الصلة بين خصائصها وقيمتها الاقتصادية .
- اتاحة الفرصة للطلبة فى اكتساب أنماط العادات والمهارات العلمية مما يفيدهم فى
المجال الزراعى التنموى والتحكم أو السيطرة على البيئة .
- التعرف على ما يحيط ببيئة الطالب من كائنات نباتية ودراصة خواصها وعلاقتها بحياته
مع تنمية ميله نحو هذا اللون من الدراسة .
- توضيح الجهود المبذولة آنيا لزيادة الانتاج الزراعى والأبحاث المتعلقة به بما يحقق
رفاهية الفرد والمجتمع والحبوحة الاقتصادية - التغذية أساس " الأمن الغذائى " .
- لفت نظر الطالب الى مصادر الثروة النباتية فى بيئته وما ينقصها وكيفية استعمالها ووسائل
استغلالها بشكل مترن دون اتلاف البيئة (قطع الأشجار ، حرق الغابات ، الجرف ،
وغير ذلك) .
- تشجيع الطالب على الاستراة من دراسة الكائنات الحيوانية بفرض السيادة عليهم
أو تدجينها للاستفادة من خيراتها لحوما وجلدا وهظاما وموادا قرنية وسمادا عضويًا
مؤهلا لنماء النبات والارتباط البيئى بين مصادر الثروة الزراعية والمنتجات الحيوانية
بحيث تستشف وحدة عالم الأحياء ، وكذلك مقاومة الضار منها باللاجوء الى الحسرب
البيولوجية ، والاستغناء عن المبيدات الكيماوية (Pesticide) الملوثة للبيئة وفسير
القابلة للانحلال البيولوجى (non-biodegradable) .

التثقيف الغذائي في البحرين

عبد الرحمن مصيقر
قسم التغذية - ادارة الصحة العامة
وزارة الصحة - البحرين

مقدمة

بدأت نشاطات التثقيف الغذائي مع بداية انشاء قسم التثقيف الصحي في ادارة الصحة العامة في عام ١٩٧٥ حيث كانت هناك بعض الكتيبات والملصقات التي تتعلق بالنواحي الغذائية ، ولم تكن هذه النشاطات بالشكل المطلوب كما لم يكن هناك اهتمام كافي بالتغذية . وفي عام ١٩٧٩ بدأ العمل بمشروع برنامج التوعية الغذائية من قبل وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ولقد كان هذا المشروع ضمن خطة عمل مشروع ادماج المرأة في التنمية والذي بدأ في نفس العام واستمر حتى عام ١٩٨١ م وبعدها واصل مشروع التوعية الغذائية العمل بشكل مستقل وكمشروع قائم بحد ذاته . ويعتبر هذا المشروع هو أول عمل مدروس يهتم بالتثقيف الغذائي في البحرين . وفي عام ١٩٨٠ أقيمت الندوة الخليجية الأولى للتغذية وعلاقتها بالأم والطفل والتي عقدت في البحرين بتنظيم من منظمة اليونيسيف والمجلس الأعلى للشباب والرياضة حيث كان من ضمن توصيات هذه الندوة أن تتم التوعية الغذائية والصحية من خلال برامج متخصصة ومن خلال برامج الأسرة والطفل بل وأيضا من خلال المسلسلات والحلقات والأفلام مع الالتزام بالسياسة التغذوية الموضوعة على مستوى كل دولة والتنسيق مع أي نوع من الانتاج الاعلامي . كما أوصت الندوة بتشجيع انتاج وتبادل المواد الاعلامية عن صحة وتغذية الأم والطفل وعن التثقيف الغذائي والصحي للجماهير بين دول المنطقة على أن تكون هذه المواد الاعلامية متمشية مع عادات وتقاليد المجتمع وتعاليم الدين الحنيف ومع ما تكشف عنه المسوح والبحوث الغذائية (١) .

ولقد تبين هذه الندوة نشاط ملحوظ في معظم دول الخليج بخاصة ذلك المتعلق بتشجيع الرضاعة الطبيعية وتغذية الطفل ويمكن القول أن أهم ما تمخضت به هذه النشاطات هو ايقاف عرض اعلانات ألبان الأطفال في جميع محطات التلفزيون في الخليج وذلك في عام ١٩٨١ . وفي نفس العام تم انشاء قسم التغذية في ادارة الصحة العامة حيث قام هذا القسم بالعمل على اجراء العديد من المسوحات والبحوث التغذوية والتي توفر المعلومات عن أسباب الأمراض الغذائية في المجتمع البحريني وكيفية علاجها سواء ببرامج التثقيف الغذائي أو ببرامج صحية أخرى .

النشاطات القائمة في مجال التثقيف الغذائي في البحرين

١ - النشاط الذي تقوم به وزارة الصحة

تقوم وزارة الصحة بنشاط ملموس في مجال التثقيف الغذائي وذلك من خلال قسم التغذية وقسم التثقيف الصحي . ولقد اهتم قسم التغذية باعداد الدراسات وجمع المعلومات التي تكشف عن مختلف جوانب المشكلات الغذائية في البحرين وبناء عليه وضع تصور لنوعية المشاكل والأولويات التي يجب أن تعالجها برامج التثقيف الغذائي وقد شملت نشاطات القسم اعداد الكتيبات التثقيفية والملصقات والكتابة في الصحافة اليومية والمشاركة في البرامج الاناعية بخاصة برنامج الأسرة الاناعى اليومى وكذلك عقد اللقاءات والندوات التثقيفية في الأندية والجمعيات الأهلية والمدارس . ولقد استخدم القسم شرائح تم اعدادها محليا لعرض المعلومات الغذائية حتى تكون قريبة من عادات وتقاليد المجتمع أو الجهة المستهدفة مما يؤدي الى سهولة تقبل الفكرة والتجاوب مع المحاضر . كما يقوم قسم التثقيف الصحي في وزارة الصحة بالتنسيق مع قسم التغذية والأقسام الأخرى ذات العلاقة باعداد المواد الاعلامية المرتبطة بالغذاء والتغذية وقد شمل هذا النشاط الكتيبات والملصقات والبرامج الاناعية والتلفزيونية والندوات .

٢ - النشاط الذي تقوم به منظمة اليونيسيف

اهتمت منظمة اليونيسيف بالتثقيف الغذائي والصحي بخاصة ذلك المرتبط بصحة الطفل والأم وقامت باعداد العديد من الكتيبات التثقيفية المتعلقة بالاسهال والتحصينات وأمراض الأطفال ومدى ارتباطها بسوء التغذية ، كما قامت المنظمة باعداد شرائح تلفزيونية قصيرة عن كيفية علاج الاسهال والتغذية السليمة أثناء الاصابة بالاسهال . واستخدمت المنظمة الصحافة اليومية بشكل مكثف لتوضيح للجمهور الطرق الصحية في علاج الاسهال وأهمية التحصينات للأطفال ومن جانب آخر فان منظمة اليونيسيف كانت تدعم البرامج التثقيفية الصحية والغذائية القائمة في وزارة الصحة ووزارة العمل والشئون الاجتماعية .

٣ - النشاط الذي تقوم به وزارة العمل والشئون الاجتماعية

يعتبر نشاط برنامج التوعية الغذائية من النشاطات الرائدة في دول المنطقة والتي يجب أن يقدم له كل الدعم لاستمراره ، ويتركز مجال عمل هذا البرنامج في تنفيذ حلقات التوعية الغذائية في المجتمعات المحلية خاصة تلك المتواجد فيها رائدات محليات مثل المراكز الاجتماعية وفي مشاغل الخياطة التابعة لوزارة العمل والشئون الاجتماعية . ومن أهم أهداف هذا البرنامج هو رفع مستوى الوعي الغذائي لأفراد المجتمع بخاصة فيما يتعلق بتغذية الطفل وتصحيح العادات الغذائية الخاطئة واعداد رسائل تثقيفية حتى

يمكن استخدامها في برامج التوعية الغذائية وتأهيل عضوات الجمعيات الأهلية والرائدات الاجتماعيات للعمل في مجال التوعية الغذائية وإدخال التثقيف الغذائي من ضمن أنشطة المراكز الاجتماعية^(٢) ، ويعتبر مشروع (باص) التثقيف الغذائي من أهم إنجازات هذا البرنامج ، حيث تقوم فكرة هذا المشروع على أهمية الوصول الى بعض الفئات التي هي بحاجة ماسة للتوعية الغذائية ولا يمكنها الاستفادة من برامج التثقيف الصحي والغذائي القائمة نظرا لبعدها السكن أو قلة توفر خدمات المواصلات أو لانشغالها بأمور المنزل وتربية الأطفال . وهذا (الباص) مجهز بجميع احتياجات تنفيذ برامج التثقيف الغذائي مثل مطبخ صغير وأدوات الطبخ حتى يمكن شرح وتنفيذ الطرق السليمة لإعداد غذاء الطفل ، كما أن (الباص) مجهز بالوسائل التثقيفية الأخرى مثل الفيديو والملصقات والكتيبات التثقيفية .

٤ - نشاطات أخرى متفرقة

هناك بعض النشاطات التي تقوم بها الجمعيات النسائية في مجال التثقيف الصحي والغذائي للأمهات ، كما تقوم بعض الأندية والجمعيات الأهلية الأخرى بإجراء العديد من اللقاءات التثقيفية المرتبطة بالصحة والتغذية بالتنسيق والتعاون مع قسم التثقيف الصحي وقسم التغذية بوزارة الصحة .

فئات الجمهور المستهدفة من قبل برامج التثقيف الغذائي

تختلف فئات الجمهور المستهدفة باختلاف الجهة التي تقوم بتنفيذ برامج التثقيف الغذائي فبينما توجه وزارة الصحة نشاطها الى جميع فئات المجتمع مع التركيز على الأمهات وطلبة المدارس ، نجد أن برامج التوعية الغذائية بوزارة العمل والشؤون الاجتماعية وكذلك برامج التثقيف الغذائي التي تقوم بها الجمعيات الأهلية تركز على المرأة ، أما منظمة اليونيسيف فهي توجه برامجها الى المرأة مع الأخذ بعين الاعتبار الفئات الأخرى .

المواضيع التي تعالجها برامج التثقيف الغذائي

يمكن تقسيم أهم المواضيع التي تتطرق اليها برامج التثقيف الغذائي كالتالي :

(أ) تغذية وصحة الرضيع : ويعتبر هذا من أهم المواضيع التي عالجتها جميع برامج التثقيف الغذائي ويشمل ذلك أهمية الرضاعة الطبيعية وغذاء الطفل في عامه الأول وكيفية إعداد أغذية الفطام وأهمية التغذية لنمو وصحة الطفل وأمراض الاسهال وعلاجها وأهمية التحصينات .

(ب) غذاء الأم الحامل والمرضع : ولقد أعطى هذا الموضوع اهتماما أقل من قبل جميع برامج التثقيف الغذائي وقد يكون ذلك راجع الى النقص في المعلومات المتعلقة بالتغذية السليمة أثناء الحمل والرضاعة للمتقين التغذويين والصحيين وكذلك انتشار

العديد من الاعتقادات والممارسات الغذائية الخاطئة والتي تعتبر عائقا كبيرا فى مدى استفادة الأم من برامج التوعية الغذائية .

(ج) الأمراض المرتبطة بالتغذية : ويشمل ذلك بصفة خاصة فقر الدم الناتج عن نقص الحديد وتسوس الأسنان ومرض السكر والسمنة .

(د) العادات الغذائية والقيمة الغذائية للأطعمة الشعبية : وقد أعطيت هذه المواضيع اهتماما ملحوظا فى السنوات الأخيرة نتيجة توفر المعلومات العلمية الكافية وقد شملت هذه المواضيع تصحيح العادات الخاطئة بخاصة تلك المرتبطة باعداد الطعام والقيمة الغذائية لأهم الوجبات الشعبية والأطعمة التى تباع جاهزة فى الأسواق .

الوسائل والأساليب المستخدمة فى التثقيف الغذائى

استخدمت برامج التثقيف الغذائى معظم الوسائل التثقيفية المتعارف عليها ولكن بدرجات متفاوتة ويمكن استعراض هذه الوسائل كالتالى :

(أ) الكتيبات التثقيفية : استخدمت هذه الوسيلة بشكل كبير من قبل جميع الجهات المشاركة فى برامج التثقيف الغذائى بخاصة قسم التثقيف الصحى ومنظمة اليونيسيف .

(ب) المطصقات : وهذه تم استخدامها بشكل محدود وانحصر اصدارها فى المناسبات الصحية والاجتماعية ذات العلاقة بالتغذية . وهذه مازالت تستخدم بشكل أكبر من قبل قسم التثقيف الصحى مقارنة ببقية الجهات الأخرى .

(ج) الاذاعة المسموعة : تم استخدامها من قبل وزارة الصحة بخاصة فى برنامج الأسرة اليوم حيث تم عرض بعض مشاكل التغذية فى البحرين والعادات الغذائية وكذلك تغذية الفئات الحساسة .

(د) الاذاعة المرئية (التلفزيون) : بالرغم من انتشار التلفزيون فى جميع المنازل وتأثيره على المشاهدين الآن استخدام التلفزيون لم يكن بالشكل المطلوب . وباستثناء الشرائح التلفزيونية التى قامت باعدادها منظمة اليونيسيف ، وبعض الموضوعات الغذائية التى تطرق اليها برنامج سلامتكم فانه لا توجد برامج تثقيفية غذائية جادة فى تلفزيون البحرين .

(هـ) أسلوب الاتصال الشخصى أو المواجهة المباشرة : ويعتبر هذا الأسلوب من أكثر الأساليب التى تم استخدامها فى برامج التثقيف الغذائى ومن أنجحها ، حيث توفر هذه الطريقة التفاعل مع الفئة المستهدفة وتعديل اتجاهاتها كما أنها تتصف بالمرونة ويمكن تكييفها مع احتياجات الأفراد . ولقد استخدمت وسائل الايضاح وشرائح العرض (Slides) وبعض المطصقات لتدعيم هذا الأسلوب .

الصعوبات التي تواجهها برامج التثقيف الغذائي في البحرين

هناك العديد من المشاكل الفنية والاجتماعية التي تعترض تنفيذ برامج التثقيف الغذائي

ومن أهمها :

(أ) النقص في عدد المتخصصين في مجال التثقيف الصحي والغذائي : وتعتبر هذه من أهم المشاكل التي تواجهها دول المنطقة ككل وقد أثر ذلك على كفاءة وجودة البرامج القائمة حاليا وهذا بدوره أدى الى ضعف الاستفادة من هذه البرامج . وتعزز هالـه العمران^(٣) ذلك بقولها أن استخدام وسائل الاعلام مثل التلفزيون والاذاعة في أفراض التثقيف الصحي في البحرين مازالت غير جذابة وأقل تأثيرا مما هو مطلوب منها .

(ب) النقص أو ضعف التخطيط لبرامج التثقيف الغذائي : معظم برامج التثقيف الصحي والغذائي المنفذة حاليا غير قائمة على أساس مدروس بل هي غالبا ما تكون وليدة الحاجة الآنية أو في المناسبات الصحية والاجتماعية ، كما لا يوجد تخطيط لاختيار مواضيع محددة أو وضع أولويات في برامج التثقيف الصحي والغذائي^(٣) . ولا يمكننا تعميم هذا الكلام على جميع البرامج القائمة في البحرين ، فهناك بعض البرامج الأكثر تنظيما واعدادا مثل برنامج التوعية الغذائية وبرنامج اليونسيف .

(ج) ضعف التنسيق بين الجهات ذات العلاقة : مثل وزارة الصحة ووزارة الاعلام ووزارة العمل والشؤون الاجتماعية والمنظمات الدولية وقد يكون ذلك وليد عدة اعتبارات مثل البيروقراطية في المعاملات الادارية وقلة اهتمام المسؤولين بمثل هذه البرامج والنقص في خبرات القائمين بهذه البرامج وكذلك الاستقلالية الفردية والأناية .

(د) الاختيار الخاطئ للمجموعة المستهدفة : ان الاهتمام والتركيز على الأم في برامج التثقيف الغذائي أمرا غير كافيا لاحداث التغيير المطلوب في العادات الغذائية بل يجب الاهتمام برب الأسرة (أو الأب) نظرا لما يلعبه من دور كبير في اتخاذ القرار في المنزل ، كما يجب أن تشمل المجموعة المستهدفة صانعي القرار في البلد حيث أن اقناعهم بخطورة المشاكل الغذائية وادراجها من ضمن الأولويات يساعد بشكل كبير على دعم برامج التثقيف الغذائي .

(هـ) الأمية وقلة الوعي الصحي بين أفراد المجتمع : ان ارتفاع نسبة الأمية بين الأمهات والانخفاض النسبي في الوعي الصحي والغذائي لغالبية أفراد المجتمع يشكل عقبة كبيرة أمام برامج التثقيف الغذائي في البحرين ، فاصدار الكتيبات التثقيفية لم يكن له تأثير ملموس على الممارسات الصحية للأفراد نظرا لعدم العام نسبة كبيرة من أفراد المجتمع بالقراءة والكتابة . هذا بالاضافة الى قلة اهتمام فئات أخرى بقراءة هذه الكتيبات . وهذا يقودنا الى أهمية اختيار الوسيلة الأكثر تأثيرا على هذه الفئة (مثل الاذاعة المسموعة والمرئية) .

(و) تأثير المربيات والخدمات الأجنبية على العادات الغذائية : لقد كثر في الآونة الأخيرة الاعتماد على المربيات الأجنبية في إعداد الطعام وتغذية الأطفال مما أدى إلى أن تلعب المربية دوراً مهماً في تشكيل العادات الغذائية للأسرة ، وهنا عليه أن عملية التثقيف الغذائي يجب أن تشمل المربيات حتى يمكن تحسين العادات الغذائية بخاصة للأطفال . ولكن المشكلة الحقيقية تكمن في أن الغالبية من هؤلاء المربيات لا يجدن اللغة العربية بالإضافة إلى تدنى مستوى تعليمهن وهذا بدوره يشكل جانباً سلبياً في برامج التثقيف الغذائي .

(ز) التعارض بين ما يبثه الإعلان التجاري وما تقدمه برامج التثقيف الغذائي : لقد قامت الشركات التجارية باستخدام وسائل الاتصال لغرض ترويج مبيعاتها وحقت بذلك تأثيراً ملموساً على الاتجاهات والعادات الغذائية لأفراد المجتمع واتجه العديد من الأفراد إلى تصديق ما تقوله الإعلانات التجارية بالرغم من أن بعض الفقرات الإعلامية قد تكون مضللة أو غير صحيحة . وقد نجح الإعلان في أحداث هذا التأثير نتيجة التخطيط المدروس لاحتياجات ورغبات الناس والاستخدام الجيد للمؤثرات السمعية والمرئية كالموسيقى والألوان . وخلق ذلك نوع من البلبلة في ذهن المشاهد ، فبينما ينصح البرنامج التثقيفي بالابتعاد عن تقديم المشروبات الغازية أو الحلويات للأطفال مثلاً ، نجد أن الفقرة الإعلامية تركز على متعة الأطفال وصحتهم وهم يتناولون هذه الأغذية . لذا يجب أن تعرض برامج التثقيف الغذائي بشكل جذاب ومؤثر ، كما يجب أن توضع بعض الرقابة على الصيغ الاعلانية المضللة وغير الصحيحة .

(ح) تعدد القنوات التلفزيونية : وهذا يجعل من الصعب على برامج التثقيف الغذائي الوصول إلى الفئة المستهدفة ، فكيف يمكن أن نضمن أن الأفراد المستهدفين يشاهدون البرنامج المبث من قناة البحرين مثلاً ، مع وجود قنوات أخرى منافسة مما يشكل عقبة في تحديد حجم جمهور المشاهدين . وقد أكدت دراسة سابقة لقسم التغذية^(٤) أن ٥٥% من الأفراد المترددين على المراكز الصحية يفضلون مشاهدة قنوات الدول الخليجية الأخرى . وهنا تتبع ضرورة قيام برنامج تثقيفي غذائي مشترك بين دول الخليج على غرار برنامج سلامتكم .

نظرة تقييمية لبرامج التثقيف الغذائي القائمة حالياً في البحرين

بالرغم من وجود عدة برامج للتثقيف الغذائي في البحرين الآن السؤال الذي يطرح نفسه هو هل حققت هذه البرامج أهدافها ؟ في الحقيقة فإنه لم تقم أي جهة منفردة للتثقيف الغذائي بتقييم كفاءة برامجها ومعرفة مدى التأثير الذي أحدثته البرنامج على معلومات واتجاهات وممارسات الأفراد . وفي محاولة منا للكشف عن مقدار استفادة الناس من برامج وزارة الصحة وكذلك برنامج التوعية الغذائية الذي تنفذه وزارة العمل والشؤون الاجتماعية فلما باجراً دراستين تجريبيتين عن ذلك وفيما يلي أهم نتائج هاتين الدراستين :

١- مدى استفادة المترددين على المراكز الصحية

من برامج التثقيف الصحي والغذائي التي تقع بها وزارة الصحة

تتفق وزارة الصحة سنويا آلاف الدنانير على الكتيبات والملصقات التثقيفية ، ولكن لا يعرف حتى الآن التأثير الفعلي لهذه المطبوعات . وفي هذه الدراسة التجريبية قمنا بمقابلة ١٢٥ شخصا (٦٠ من الذكور و ٦٥ من الاناث) من المترددين على المراكز الصحية والذين تتراوح أعمارهم من ١٥ الى ٥٠ سنة . وتم قياس معلوماتهم واتجاهاتهم نحو التغذية والصحة ببرامج التثقيف الغذائي والصحي ولقد أوضحت الدراسة أن التلفزيون (٣٤%) هو أهم مصدر للمعلومات الغذائية لهؤلاء الأفراد ، يلي ذلك الممارسين الصحيين (١٨%) ، ثم الصحف والمجلات (١٦ر٤%) ، ثم الأهل والأقارب (١٢ر٧%) ثم الراديو (١١%) . وقد وجد أن نسبة اعتماد الذكور على التلفزيون أقل مقارنة بالانثى (٢١% و ٣٨% على التوالي) . ويعكس ذلك بالنسبة للراديو حيث نجد أن الانثى أقل اعتمادا عليه (٨%) مقارنة بالذكور (١٦%) . وقد صرح ٨١% من المبحوثين بأنهم يشاهدون أو يستمعون لبرامج التثقيف الصحي والغذائي المبثه في التلفزيون أو المذاعة في الراديو وأن أهم البرامج التي ذكرها المبحوثين هي برنامج سلامتكم (٥٢%) ودقائق لصحتك (٢٦%) وبرنامج الأسرة الاذاعي (١٠%) .

وعندما سأل المبحوثين عن اطلاعهم على الكتيبات التثقيفية التي تصدرها وزارة الصحة ، تبين أن ٥٤% من المبحوثين لم يطلعوا على هذه الكتيبات وكانت النسبة أعلى بكثير عند الذكور (٦٢%) مقارنة بالانثى (٤٨%) . كما صرح ١٣% بأنهم لا يجيدون القراءة وبالتالي لا يمكنهم الاستفادة من هذه الكتيبات ومن أهم الموضوعات التي اطلع عليها المبحوثين كانت كالتالي : صحة وذاة الطفل (٢٥%) ، التدخين (٩%) ، التطعيم (٤%) . أما بالنسبة للملصقات فلقد أفاد ٨٣% من المبحوثين بأنهم شاهدوها ، وأهم هذه الملصقات هي تلك التي تتطرق للمواضيع التالية : التدخين (٣١%) ، صحة وذاة الطفل (٩%) ، النظافة العامة (٨%) ، التطعيم (٧%) ، الغذاء والتغذية (٥%) ، ابعاد المـــواد الخطرة عن الأطفال (٥%) ، الرضاعة الطبيعية (٥%) ، المخدرات (٤%) .

وأخيرا سأل المبحوثين عن أفضل وسيلة لتثقيف الناس عن الغذاء والصحة فأجاب أكثر من نصفهم (٥٤%) بأن التلفزيون والراديو هما من أكثر الوسائل التي يجب أن تستخدم لتثقيفهم عن الصحة والغذاء ، يلي ذلك المناقشات والزيارات أى المواجهة المباشرة وقد أفاد ١٣% من المبحوثين بذلك ، ثم الكلمة المقرؤة (أى الكتيبات والمجلات والصحف) وأفاد بذلك ١٠% من المبحوثين . كما صرح ١٠% منهم بأن الممارسين الصحيين يجب أن يلعبوا دورا مهما في تثقيف الناس عن المعلومات الصحية والغذائية بخاصة الأطباء والمرضات .

- الخلاصة : من خلال هذا العرض السريع لهذه الدراسة التجريبية يمكن استنتاج ما يلي :
- (١) ان الكتيبات التثقيفية ليست الوسيلة المفضلة للتثقيف الصحى والغذائى حيث نجد أن نسبة الأمية مازالت مرتفعة بخاصة بين الأمهات (٣٠% كانت فى هذه الدراسة) .
وأن غالبية المبحوثين لم يطلع على هذه الكتيبات .
 - (٢) استطاع المبحوثين تذكر مواضيع الملصقات بصورة أكبر من مواضيع الكتيبات مما يعطى انطبعا عاما بأن استخدام الملصق فى المراكز الصحية قد يكون له مردود أفضل للمترددين على هذه المراكز ، بخاصة للفئة الأمية .
 - (٣) ان التلفزيون هو أفضل الوسائل التى يجب أن تستخدم للتثقيف الغذائى . كما أكدت نسبة لا بأس بها بأنهم يعتمدون على الممارسين الصحيين فى اكتساب معلوماتهم الصحية والغذائية . وهنا يجب التركيز على هاتين الطريقتين (التلفزيون والمواجهة المباشرة) .

٢ - تقويم حلقات (باص) التثقيف الغذائى

استهدف (باص) التثقيف الغذائى الأم الحامل والمرضع وذلك باختيار مجموعة محددة من هذه الأمهات (تتراوح ما بين ٥ الى ١٠ أمهات) ثم تجرى لهن حلقات التوعية داخل (الباص) . ولقد تم اختيار ٣٠ أم من أولئك اللواتى حضرن حلقات التوعية الغذائىة فى (الباص) . وتم سؤال الأمهات عن أهم محتويات هذه الحلقات وذلك قبل أن تحضر هذه الحلقات وبعد فترة تتراوح ما بين شهر الى ٣ أشهر من حضور هذه الحلقات . وكانت نتائج الدراسة كالتالى :

وجد أن هناك تحسنا فى معلومات الأمهات فى بعض الجوانب الصحية والغذائية فمثلا انخفض عدد اللواتى لا يعرفن معنى الاسهال من ١٠٥% الى ٣٩% ، كما تبين أن ١٩٦% قد ذكرن بأن تلوث الغذاء هو أحد أسباب الاسهال وكانت النسبة ٢٣% فقط قبل حلقات التوعية . وارتفعت نسبة الأمهات اللواتى يستخدمن ماء النشاء فى علاج الاسهال من ١٨٢% الى ٢٧% . ومن ناحية فوائد الرضاعة الطبيعية فلقد تبين أن الكثير من الأمهات بدأن يفهمن الفوائد الصحية للرضاعة الطبيعية فمثلا ارتفعت نسبة الأمهات اللواتى صرحن أن حليب الأم معقم من ٣٧% الى ١٥٠% . كما وجد أن نسبة الأمهات اللواتى يعرفن العن المناسب لا دخال أغذية الفطام للطفل قد ارتفعت من ٤٧% الى ٦٣% كما وجد أن معلومات الأمهات فى تغذية الحامل والمرضع قد تحسنت فلقد ازدادت نسبة الأمهات اللواتى ذكرن أهمية تناول الخضروات والفواكه والحليب والبيض واللحم . كما تبين أن الأمهات بدأن يفهمن كيفية علاج بعض الأعراض البسيطة التى تصيب الحامل من التقيؤ فى الأشهر الأولى . ولكن كانت هناك بعض النتائج السلبية بخاصة عند قياس معلومات الأمهات نحو علاج الحرقان الذى يصاحب الحمل والامساك وتعريف الفطام .

وبصورة عامة يمكن القول أن هذا التحسن في معلومات الأمهات يعتبر مؤشرا ايجابيا حيث أن تجربة (باص) التثقيف الغذائي مازالت في بدايتها وأنه بمعرفة النواقص ومعالجتها فان هذه التجربة قد تحقق نتائج أفضل . وفي اعتقادي أن تحسن معلومات الأمهات الصحية والغذائية يرجع الى أن حلقات التوعية في هذا (الباص) قد اعتمدت على أكثر من وسيلة تثقيفية مثل المواجهة المباشرة والمناقشة و عرض الشرائح والملصقات والكتيبات وبالتالي فان التأثير على الأمهات كان أفضل . ولكن يبقى هناك عاملين رئيسيين : الأول هو أننا لا نعرف الى أي مدى حدث تغيير في ممارسات التغذية لهؤلاء الأمهات فان اكتساب المعلومات لا يعنى بالضرورة تغير في سلوك الأفراد . والعامل الثاني أن حلقات التوعية تعطى لمجموعة صغيرة جدا ويعنى ذلك أن عملية التثقيف لا تغطى نسبة كبيرة من الأمهات .

النشاطات المستقبلية في مجال التثقيف الغذائي

- ينوى قسم التغذية بإدارة الصحة العامة باعداد خطة مستقبلية عن نشاطات التغذية في البحرين ومن ضمنها نشاط التثقيف الغذائي ويتركز هذا النشاط على الأسس التالية :
- (١) اجراء تنسيق تام مع جميع الجهات ذات العلاقة بالتثقيف الغذائي مثل وزارة الاعلام ووزارة العمل والشئون الاجتماعية ووزارة التربية والتعليم ووزارة التجارة والزراعة .
 - (٢) وضع أولويات لأهم المواضيع التي يجب أن تعالجها برامج التثقيف الغذائي وذلك من خلال اجراء الدراسات والبحوث التي تكشف أهم المشكلات الغذائية في البحرين .
 - (٣) وضع أسس مدروسة لتنفيذ برامج التثقيف الغذائي وذلك بتحديد المشكلة ثم تحديد الأهداف والفئات المستهدفة واختيار الوسيلة الاعلامية المناسبة ثم تصميم الرسالة التثقيفية .
 - (٤) اجراء دراسات تقييمية لمدى فعالية وتأثير البرامج القائمة حاليا ومحاولة تطويرها للأحسن .
 - (٥) العمل على اعداد شرائح (Slides) محلية تعكس الواقع الاجتماعى للبيئة البحرينية .
 - (٦) تدعيم الاتصال بالجمعيات الأهلية التي تقوم ببرامج التوعية الغذائية ومحاولة تطوير برامجها .
 - (٧) العمل على اجراء دورات تدريبية في مجال التثقيف الغذائي وذلك من خلال كلية العلم الصحية وستكون هذه الدورات موجهة الى الأطباء والممرضات وذوى الاختصاص في مجال التثقيف الصحى والغذائى .

الاستنتاجات

من خلال هذا العرض السريع لواقع التثقيف الغذائي في البحرين يمكننا القول أن برامج التثقيف الغذائي القائمة حالياً مازالت تعاني من نقص في التخطيط وتحديد الأهداف والأولويات ، كما أن الوسائل الاعلامية ذات التأثير الأكبر مثل التلفزيون والراديو لم تستخدم بشكل فعال وأن هناك عدة عوائق تحد من نشاطات التثقيف الغذائي أهمها النقص في عدد المتخصصين في هذا المجال ، وقلة اهتمام المسؤولين ببرامج التهيئة الغذائية مما يقلل من الدعم الموجه لهذه البرامج ، وانتشار الأمية وانخفاض الوعي الصحي بخاصة بين الأمهات وضعف التنسيق بين الجهات المعنية وتأثير المربيات الأجنيات وتعدد القنوات التلفزيونية مما يشتت من جهود التوعية نتيجة تشتت الفئات المستهدفة في مشاهدة قنوات مختلفة .

التوصيات

لكي يمكن لبرامج التثقيف الغذائي أن تحقق الهدف المرجو منها فإنه يوصى باتتباع التالي :

- ١ - أن تشكل لجنة من مختلف الوزارات المعنية مهمتها وضع الأسس المطلوبة لاعداد وتنفيذ برامج التثقيف الغذائي . ويشارك في هذه اللجنة مندوبين من كل من الوزارات التالية ، وزارة الصحة ، وزارة العمل والشؤون الاجتماعية ، وزارة التربية والتعليم ، وزارة الاعلام ، وزارة التجارة والزراعة وبعض الجمعيات الأهلية ذات العلاقة ويفضل أن تكون هذه اللجنة تحت متابعة وإدارة وكيل وزارة الصحة حتى يمكن تذليل أي عقبة تعترض نشاطات هذه اللجنة . ويمكن الطلب من أحد المتخصصين في مجال التثقيف الغذائي بوضع تصور لآطار عمل ونشاط هذه اللجنة .
- ٢ - أن يتم هناك تنسيق تام مع دول المنطقة في مجال التثقيف الغذائي مثل اصدار البرامج المشتركة وتبادل الوسائل التثقيفية واجراء الزيارات المتبادلة للاستفادة من الخبرات والتجارب . ويمكن تشكيل لجنة تنسيق تضم مندوب من كل دولة .
- ٣ - أن تساهم المنظمات الدولية مثل منظمة الأغذية والزراعة واليونيسكو ومنظمة الصحة العالمية واليونيسيف بتقديم كل العون لبرامج التثقيف الغذائي مثل اجراء البرامج التدريبية والدعم المادي وتوفير بعض الوسائل المستخدمة في التثقيف الغذائي ، كذلك المساعدة في تخطيط وتنفيذ هذه البرامج .
- ٤ - أن تقوم هذه المنظمات باصدار دليل للتثقيف الغذائي يكون مرشداً لجميع العاملين في مجال التوعية الغذائية بحيث يراعى هذا الدليل الوضع الاجتماعي والاقتصادي

والسياس لدول المنطقة • ويمكن تشكيل لجنة خاصة تقم بوضع تصور عام لها — هذا
الدليل ثم يوصى لأحد الخبراء أو لمجموعة من الخبراء باعداده وتقوم إحدى هذه
المنظمات بالتكفل بطباعته •

المراجع

- (١) منظمة الأمم المتحدة للطفولة • الندوة العلمية الأولى عن التغذية وعلاقتها بصحة
الطفل والأم) • منظمة الأمم المتحدة للطفولة (اليونسيف) لمنطقة الخليج
— أبوظبي (١٩٨٠) •
- (٢) ديبه شرفان • مشروع برامج التوعية الغذائية ، وزارة العمل والشؤون الاجتماعية —
البحرين (١٩٨١) •
- (٣) Al-Umran, H. A. Proposal for a media health education programme in
Bahrain, UNICEF, Bahrain.
- (٤) عبدالرحمن مصيقر • الشباب والفراغ في البحرين ، قسم التغذية — ادارة الصحة
العامة — البحرين (١٩٨٢) (تحت الطبع) •

التوعية الغذائية في المملكة العربية السعودية

عبد العزيز ابراهيم العثيمين

ادارة التغذية - مستشفى الملك فيصل التخصصي

الرياض - المملكة العربية السعودية

مقدمة

تتميز المملكة العربية السعودية بموقع خاص بالنسبة لوضعها الاجتماعي والاقتصادي والجغرافي مما تسبب في وجود اختلاف في العادات الغذائية والاجتماعية في مناطق المملكة المختلفة ، حيث أن في كل منطقة قد توجد مشاكل خاصة بالمنطقة بحد ذاتها تحتاج الى استخدام طرق ووسائل مناسبة لحل المشاكل الموجودة . ان تبلغ المساحة الاجمالية للمملكة ٢١٥٠٠٠٠ كم^٢ ويبلغ تقدير التعداد السكاني حسب تقرير وزارة التخطيط عام ١٩٨٢م ١١٧٥٢٠٠٠ ، ٢٢% منهم غير سعوديين و ١٧% تبلغ أعمارهم ٤-٥ سنوات و ٢٨% ٥-١٤ سنة . والتوزيع السكاني يتركز في المدن ومعدل الزيادة السكانية هو ٣٧% في السنة ٥٠% من العنصر الرجالي ، ٣٥% من العنصر النسائي أكملوا التعليم الابتدائي (١٥% من العنصر الرجالي و ١٠% من العنصر النسائي أكملوا التعليم الثانوي (١٩٨٠م) . ويوجد طبيب واحد لكل ١٥٢٠ (١٩٨١م) وممرضة واحدة لكل ١٠٠ ساكن ، المتناول من السعرات الحرارية للشخص ٢٦٢٤ والذي يشكل حوالي ٨٨% من الاحتياجات .

النشاطات القائمة في مجال التثقيف الغذائي

- ١ - التثقيف الغذائي هو أحد أوجه التثقيف الصحي الذي تقوم به ادارة التوعية الصحية بالطب الوقائي بالوزارة وفروعها في المناطق (١٧ فرعا - الرياض - الشرقية - مكة المكرمة - جدة - الطائف - المدينة المنورة - تبوك - حائل - القصيم - الباحة - عسير - الجوف - القريات - جيزان - نجران - الاحساء) .
- ٢ - ادارة التغذية بالطب العلاجي - بوزارة الصحة ؛
تقوم ادارة التغذية بالقاء محاضرات عن التغذية وهلاقتها بالصحة وذلك بالتعاون مع مراكز الخدمة الاجتماعية ، كما تقوم الادارة بتقديم النصح والارشاد الغذائي لمرضى السكر والسمنة وتقوم كذلك بالتوعية الغذائية بمراكز الرعاية الصحية الأولية وخاصة بمدينة الرياض .
- ٣ - وزارة المعارف والرئاسة العامة لتعليم البنات حيث تقوم بدور في التوعية من خلال مناهجها الدراسية المعدة لمختلف المراحل الدراسية .

٤ - برامج التثقيف الغذائي بمستشفى الملك فيصل التخصصي ومركز الأبحاث ؛ يقوم المستشفى بتقديم التوعية الغذائية المتعلقة بالحماية الغذائية للمرضى حسب حالتهم الصحية ويقع هذا العبء على كاهل قسم خدمات التغذية بالمستشفى .

التثقيف الغذائي لمرضى العيادات الخارجية في مستشفى الملك فيصل التخصصي

يتم ممارسة نشاطات التثقيف الغذائي من خلال أربع عيادات للتغذية وهي :

أ - عيادة التغذية

ب - عيادة التغذية لمرضى الكلى وضغط الدم

ج - عيادة التغذية لمرضى السكر الجدد

د - عيادة التغذية الخاصة بالأطفال

وحتى يكون العمل شاملا ومتكاملا فقد أعد قسم التغذية احصائيات دقيقة عن عدد المرضى وحالاتهم الصحية للاستفادة منها في الخطط والبرامج المستقبلية . ولقد كان عدد المراجعين في عام ١٤٠٤ / ١٤٠٥ هـ ١٦٤٠ مريضا ، أما في عام ١٤٠٦ / ١٤٠٥ هـ فلقد كان عددهم ١٧٦٤ مريضا . وتدل الاحصائيات أن أعداد المراجعين لعيادة التغذية في تزايد مستمر وهذه الزيادة تسير في خط متوازي مع التوسع الدائم والمستمر في الخدمات التي تؤديها المستشفى للمرضى المنومين والمراجعين للعيادات الخارجية .

تستقبل عيادات التغذية المرضى بعد أن يتم تحويلهم من قبل الأطباء المعالجين حيث تتولى أخصائية التغذية مهمة شرح وافهام المريض بالحماية الخاصة به ، وحسب توصيات الطبيب المعالج .

الوسائل المستخدمة في التثقيف الغذائي :

١ - الكتيبات ؛ وهذه مكتوبة باللغتين العربية والانجليزية نظرا لوجود جنسيات أخرى غير عربية من المرضى .

ولقد تم اصدار ما يقرب من عشرين كتيب يتناول كل واحد منها مرض معين والحماية الغذائية الخاصة به علاوة على بعض الرسومات التوضيحية .

٢ - نماذج مجسمة لأنواع الأغذية المختلفة .

٣ - استخدام جهاز عرض الشرائح للشرح بالصوت والصورة بواسطة الشرائح التي توضح الحماية الواجب اتباعها في أمراض معينة .

التثقيف لغير المرضى

تقوم المستشفى متمثلة في قسم التغذية بتقديم الخدمات التثقيفية والتدريبية للفئات التالية :

١ - طالبات التغذية بجامعة الملك سعود بالرياض .

- ٢ - تدريب طلبة المعهد الصحي •
- ٣ - تدريب طلبة كلية الزراعة بجامعة الملك سعود •
- ٤ - المحاضرات التي تلقىها أخصائيات التغذية وبصفة شهرية للممرضات الجدد •

فئات الجمهور المستهدف ضمن برامج التثقيف الغذائي

- ١ - الأطفال الرضع - الأطفال وقت الفطام - الأطفال المصابون بالاسهال - الأطفال المصابون بالحصبة •
- ٢ - الحوامل والمرضعات
- ٣ - تلاميذ المدارس
- ٤ - أفراد الأسرة كوحدة واحدة
- ٥ - مرضى العيادات الداخلية والخارجية

المواضيع التي تعالجها هذه البرامج

- ١ - الرضاعة الطبيعية والصناعية
- ٢ - أسلوب الفطام
- ٣ - تغذية الأطفال المصابون بالاسهال
- ٤ - وجبة الافطار وأهميتها
- ٥ - التوازن الغذائي
- ٦ - تغذية الحوامل والرضع
- ٧ - التغذية في شهر رمضان
- ٨ - التغذية في الحج
- ٩ - التغذية في ضربات الشمس
- ١٠ - سلامة المياه
- ١١ - صحة الطعام
- ١٢ - الأطعمة المحفوظة ودورها في الحمى المالطية والتسمم الغذائي

الوسائل والأساليب المستخدمة في التثقيف الغذائي

- ١ - المقابلات المباشرة
 - أ - النصائح الفردية
 - ب - الفصول الصحية بالمرافق الصحية للمجموعات المتجانسة مثل مرضى السكر والحوامل والمرضعات وغيرها •
 - ج - الزيارات المنزلية

د - المحاضرات والندوات العامة والوسائل المستخدمة مثل المطبوعات - اللوحات الارشادية - الرسم والصور الفوتوغرافية والشرائح والأفلام - التوضيحات العملية مثل تحضير وجبة غذائية كاملة أمام الجمهور .

٢ - قنوات الاعلام العام

الاذاعة - الصحافة - التلفزيون - المتاحف والمعارض الصحية - توزيع المطبوعات

الصعوبات التي تواجه البرامج الازاعية

- ١ - نقص العنصر البشرى المدرب وخاصة النساءى لقدرته على التوعية بطريقة صحيحة والاتصال المباشر بالأم والتي لها فى مجتمعنا الدور الرئيسى فى الرعاية الغذائية بشكل عام .
- ٢ - طبيعة عملية التوعية اذ تحتاج الى الاستمرار والجهد ليكون تأثيرها ايجابى .
- ٣ - بسبب اتساع رقعة المملكة العربية السعودية واختلاف طبيعتها وجغرافيتها وهادات سكانها من منطقة الى أخرى كما أشير له آنفا فى المقدمة كل ذلك يضاعف الجهد والمسئولية على القائمين بعملية التوعية الغذائية .

النشاطات المستقبلية فى مجال التثقيف الغذائى

من المؤمل أن تعطى الرعاية الصحية الأولية اهتماما أكثر الى التثقيف الغذائى كجزء مهم من الرعاية الصحية الأولية حسب توصيات منظمة الصحة العالمية وأن يوضع تصور واضح ومحدد للتوعية الغذائية .

الاستنتاجات والتوصيات

مما تقدم نقترح ما بلى :

- ١ - أن يكون التثقيف الغذائى والصحى يتركز على المشاكل الموجودة فعليا وذلك لتوفير الجهد والطاقة والمال وذلك بعد عمل الدراسات والبحوث اللازمة لتحديد هذه المشاكل واقتراح الحلول لها .
- ٢ - اعطاء الأهمية للتوعية الغذائية .

فعاليات وأنشطة التثقيف الغذائي

في الكويت

عالية الشاوي

كلية التربية - جامعة الكويت

مقدمة

ان التغيير الذي حدث في النواحي الاقتصادية والاجتماعية والتعليمية في الكويت منذ فترة ما بعد اكتشاف النفط حتى الوقت الحاضر خلق لأفراد المجتمع مشكلات غذائية متعددة ، وأضاف مسؤوليات كبيرة على عاتق المسؤولين في الصحة والتغذية والتربية . والكويت مجتمع وفرة يرتفع فيه متوسط دخل الفرد والقوة الشرائية ، حيث تتوافر فيه كافة المواد والسلع الغذائية المستوردة من مختلف أنحاء العالم ، وانتشرت فيه المطاعم التي تقدم الوجبات السريعة ، وتوفرت أنواع عديدة من المشروبات الغازية . وركزت وسائل الاعلام المختلفة وبصورة خاصة التلفزيون في الاعلان عن الأطعمة ذات القيمة الغذائية المنخفضة . وهزفت المرأة عن اعداد طعام الأسرة واعتمدت في ذلك على الخدم والطهاة الأجانب . ودخلت عادات غذائية واستهلاكية جديدة الى أذواق الأسرة الكويتية ، وقد اعتبر البعض منها من قبيل الحدائث والتعدن ، ومنها بصورة خاصة الحليب الصناعي كبديل لحليب الأم . ولم يزامن هذا النمو الاقتصادي الاجتماعي السريع برامج تثقيف غذائي مخططة وفق متغيرات المجتمع واحتياجات الأفراد . وبالرغم من الجهود المبذولة لرفع المستوى الثقافي والصحي فلا يزال هناك فجوة واسعة بين الثقافة والتعليم من جهة وبين الثقافة الغذائية من جهة أخرى . وأدت هذه الفجوة الى غياب الوعي الغذائي لدى الأفراد بدرجة يمكن أن تسمى بالأمية الغذائية ، التي نقصد بها جهل بمكونات الأغذية وجهد باختيار الغذاء المتوازن المناسب للفرد في دورة حياته ، وفي وسائل اعداد الطعام وحفظه وطرق المحافظة على قيمته الغذائية ، كما أن هناك جهلا في اطعام الطفل والعناية بتغذيته .

ونتيجة لكل ما سبق انتشرت في الكويت صور متعددة من سوء التغذية كما أظهرتها نتائج الدراسات عن الوضع الغذائي قامت بها بعض الجهات في جامعة الكويت ومعهد الكويت للأبحاث العلمية ووزارة الصحة . نوجزها بما يلي : ١ ، ٢ ، ٣ .

- ١ - عدم التوازن الغذائي في طعام الأسرة بالرغم من توفره وتنوعه .
- ٢ - انتشار عادات وأنماط غذائية غير سليمة مثل عدم الانتظام في الوجبات الغذائية ، وهدم الاهتمام بوجبة الافطار ، والاعتماد على الأطعمة الجاهزة ، وزيادة استهلاك الشاي والقهوة والمرطبات الغازية والمكسرات والحلويات والمعجنات المختلفة .

٣ - الإفراط في تناول الطعام مما أدى إلى زيادة في التغذية وما نتج عن ذلك من زيادة في الوزن أو في نواتج البروتين مما يرهق الكبد والكليتين .

٤ - انتشار الأمراض المرتبطة بسوء التغذية والعادات الغذائية مثل فقر الدم بين الأطفال والحوامل ، وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب التاجية والسكري وتسوس الأسنان .

يمكننا أن نستنتج من هذا العرض السريع للوضع الحالي للتغذية في الكويت بأنه وضعاً متميزاً عن دول العالم الأخرى فيه مشكلات غذائية مثل دول العالم النامية الفقيرة ومشكلات العالم المتقدم . هذا الوضع أضاف كما ذكرت سابقاً مسؤوليات كبيرة على عاتق مسؤولي التربية الغذائية في الكويت .

تعدد المجالات والجهات التي تقدم التثقيف الغذائي في الكويت بصورة مباشرة وغير مباشرة من خلال خدماتها وأنشطتها المختلفة . وأبرز تلك المجالات والجهات :

١ - مجال التربية والتعليم - وزارة التربية ، جامعة الكويت - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب .

٢ - مجال الخدمات الصحية - وزارة الصحة العامة .

٣ - مجال الأنشطة الثقافية - المؤسسات والجمعيات ذات النفع العام ، وزارة الأهل ، الهيئة العامة لشئون الزراعة والثروة السمكية .

فئات الجمهور المستهدفة

تستهدف البرامج التي تقدمها الجهات السابقة الذكر فئات المجتمع التالية :

- ١ - طالبات المدارس ومعضاً من طلابها .
- ٢ - النساء المترددات على عيادات مراكز الأمومة والطفولة .
- ٣ - المرضى في المستشفيات .
- ٤ - المراجعين لعيادات السكر والسمنة .
- ٥ - عامة فئات المجتمع الأخرى .

نشاطات التثقيف الغذائي في الكويت

أولاً • التثقيف الغذائي في برامج التربية والتعليم : ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧

يقدم التثقيف الغذائي في مراحل التعليم العام تحت مظلة مادة الاقتصاد المنزلي بصورة خاصة ، ويضاف إليه المعلومات التي يكتسبها الطلبة من المواد الأخرى كالأحياء والكيمياء . أما على مستوى التعليم العالي ، فيقدم كقررات دراسية في كليات التربية والعلوم والعلوم الطبية المساندة والتمريض في جامعة الكويت . وقررات دراسية في كليات التربية الأساسية وكلية العلوم الطبية في الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب .

نظرا لأهمية مرحلة التعليم العام في اكتساب المفاهيم وفرض العادات والاتجاهات السوية نحو الغذاء ، ولأنها تشمل قطاعا كبيرا من أبناء المجتمع ولذلك يركز هذا الجزء من الورقة على هذا الجانب من مجالات التثقيف الغذائي .

من خلال مسيرة التطوير الشاملة للمناهج ، أولت وزارة التربية اهتماما كبيرا بالاقتصاد المنزلي لايمانها بأهميته الكبرى في تحقيق التنمية الشاملة للمتعلم . واستحدثت لمناهجه مفاهيم تربوية حديثة واتسعت مجالاته لتشمل الغذاء والتغذية . وقد أجرى تقييم للمناهج القديمة عام ١٩٧٨ من قبل فريق خبراء من جامعة الكويت ، وجامعة سان فرانسيسكو ومكتب توجيه الاقتصاد المنزلي لمنطقة لندن بانكلترا . ووجد من خلال هذا التقييم أن من أهم جوانب ضعف المناهج هو خلوها من التربية الغذائية ، وكل ما وجد فيها فيما يتعلق بالتغذية كان يهدف إلى اكساب الفتاة المهارة في عمليات الطهي حيث لا تتناسب مع الطلبة واحتياجاتها من الثقافة الغذائية . وهى أثر ذلك شكلت لجنة لتطوير المنهج ووضعت اللجنة منهجا متكاملا للاقتصاد المنزلي لمرحلتى المتوسط والثانوى بنات فقط ، وأصبحت التربية الغذائية مجالا مهما من مجالات المنهج (¼ - ⅓ الساعات المعتمدة للمادة) .

وكان من سمات المنهج المتطور تركيز أهميته على الجانب العلمى والتطبيقى فيما يتعلق بالعناصر المغذية ، والاحتياجات التغذوية والعادات الغذائية السائدة فى الأسرة الكويتية . وتميز المنهج كذلك بملاءمة محتواه لمتطلبات البيئة الكويتية فى مرحلة تطورها الاقتصادية والاجتماعى ، واهتم بتدريس التربية الغذائية ضمن اطار واقعى يتصل اتصالا وثيقا بالحياة اليومية والمشكلات الغذائية والصحية بهدف تحسين مستوى التغذية عبر التربية والتعليم .

تصميم المنهج : وجاء تصميم المنهج متضمنا :

الأهداف : استمدت الأهداف العامة للتربية الغذائية من :

- أ - الأهداف العامة للتربية بدولة الكويت .
- ب - أهداف الاقتصاد المنزلي ضمن فلسفته لتنمية الفرد والأسرة والمجتمع .
- ج - خصائص ومتطلبات نمو المتعلم .
- د - مشكلات التغذية السائدة فى الكويت .

مضمون المنهج : حدد المنهج المفاهيم والمحتويات لكل مرحلة لتحقيق الأهداف واقترحت الأنشطة التعليمية وهى شرح الكيفية التى يتم بها التدريس وتحقيق الأهداف ، كما يتضمن المنهج أساليب تقويم مختلفة ومتعددة .

ولكى تكون عملية التطوير شاملة فلم تقتصر على المنهج ومحتواه وإنما شملت خطط التدريب واعداد الكتب الدراسية ، واقتراح المراجع وتهيئة المختبرات ووسائل التقنيــــــــــــــــة الأخرى .

التدريب • تميزت خطة التدريب بشموليتها ومراحلها :

١ - تدريب القيادات التربوية من المدرسات الكويتيات والموجهات والمدرسات الأوائل وقد أشرف على التدريب خبيرة أميركية • وقد كان البرنامج التدريبي على شكل ورش عمل •

٢ - تدريب مجموعة مختارة من المدرسات الكويتيات في الولايات المتحدة •

٣ - تدريب جميع مدرسات الاقتصاد المنزلي لمرحلتى المتوسطة والثانوية •

اعداد الكتب : قامت لجان متخصصة بتأليف الكتب الدراسية والأدلة الخاصة بالمعلمات وقد ألف أول كتاب مدرسي للتغذية للصف الثالث ثانوي بنات •

هذا وقد مضى على تطبيق المنهج الجديد • سنوات وبرزت قضايا ومشكلات متعددة أهمها :

١ - التقويم : أجرى تقويم التجربة في الميدان ولكنه كان تقويماً اجرائياً للمنهج وطرق تدريسه فقط • ولم يشمل مدى فاعلية المنهج بتأثيره على مستوى تغذية المتعلم وحالته الغذائية وهاداته الغذائية •

٢ - المجموعات المقصودة • لا يصل منهج التربية الغذائية جميع الطلبة والطالبات من مرحلة الرياض الى نهاية الثانوية ، وإنما يدرس للبنات فقط في مرحلتى المتوسطة والثانوية • وهذا يشكل نسبة قليلة حوالى ٢١٪ من المجموع الكلى لطلبة المدارس كما جاء في احصائية وزارة التربية لعام ٨٦ ، ٨٧^٨ •

٣ - الكوادر المؤهلة العاملة في المجال : من أهم المشكلات التي يعاني منها ميدان التربية الغذائية وجود نقص في الكوادر الكويتية المتخصصة لتدريس هذه المادة كما يتضح من آخر احصائية لوزارة التربية التي تبين عدد المدرسات اللواتي يدرسن التربية الغذائية حسب الجنسية والمراحل الدراسية^٩ •

فلقد وجد أن نسبة ٥٠٪ من مدرسات التربية الغذائية للمرحلة المتوسطة من الكويتيات ، وتقريباً ١٠٠٪ من غير الكويتيات في المرحلة الثانوية • هذا بالإضافة الى عدم كفاية مدى الاعداد المهني لمدرسات المرحلة المتوسطة من الكويتيات خريجات معهد التربية للمعلمات سابقاً •

٤ - تقدير درجة المادة : لا تدخل درجة مادة الاقتصاد المنزلي من ضمن مجموع الطلبة وتعتبر لا منهجية لذلك نجد عدم اهتمام الطلبة بها وهذه تشكل أكبر مشكلة للمعلمة في اقبال المادة الى الطالبات وتحقيق الأهداف المنشودة لتدريس التربية الغذائية •

٥ - الأبحاث والدراسات : عدم توفر الدراسات والأبحاث الكافية عن الأوضاع التغذوية لكافة الأفراد من أجل توجيه أهداف التربية الغذائية توجيهها واقعياً نحو معالجة المشكلات الصحية والغذائية .

٦ - النظرة الاجتماعية : لا يزال المجتمع الكويتي يعتبر التربية الغذائية ضمن المـــواد الدراسية جزءاً من مادة ترتبط بعملية طهي الطعام مما يؤدي الى عدم الاهتمام والاستفادة من هذه المادة .

ثانياً : أنشطة التثقيف الغذائي في المجال الصحي :

تقوم أقسام وإدارات متعددة في وزارة الصحة العامة بأنشطة التثقيف الغذائي من خلال خططها الوقائية العلاجية . ويقدم كل قسم برامجه الثقافية حسب الفئة المستهدفة من خدماته وضمن المشكلات التغذوية السائدة بينها . وهذه الأقسام والإدارات هي :

١ - قسم التوعية الصحية .

٢ - قسم الصحة المدرسية .

٣ - قسم رعاية الأمومة والطفولة .

٤ - إدارة التغذية والإطعام .

٥ - عيادات مرضى السكر .

٦ - إدارة صحة الأسنان .

تتعدد المواضيع التي تعالجها هذه البرامج وتشمل قاعدة هريضة من المعلومات والممارسات المتعلقة بالغذاء والتغذية . وبصورة عامة يمكن تقسيمها الى :

١ - مفاهيم الثقافة الغذائية بصورة عامة .

٢ - مواضيع تخص التغذية العلاجية للحالات المرضية المختلفة كالسمنة والسكري .

٣ - مواضيع تخص تغذية الأم الحامل والمرضع .

٤ - مواضيع تخص تغذية الطفل وأساليب فطامه .

٥ - مواضيع تخص التغذية في مراحل الطفولة والمراهقة والعادات الغذائية السائدة في تلك المراحل .

ثالثاً : التثقيف الغذائي من خلال المجال الثقافي :

تقوم وزارة الاعلام والجمعيات النسائية والثقافية وجامعة الكويت بتقديم أنشطة متفرقة في التثقيف الغذائي منها على سبيل المثال لا الحصر :

الجمعية الثقافية النسائية ، جمعية نادي الفتاة ، والجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية . وهادة تركز هذه الجهات أنشطتها على المحاضرات والندوات والمناقشات في الأسابيع الخاصة بالطفل والمرأة .

بالرغم من الجهود المبذولة في التثقيف الغذائي الآن تلك الجهود ما تزال أقل من أن تقلص الفجوة بين التربية والتعليم وبين الثقافة والوعي الغذائي وذلك بسبب الصعوبات والمشكلات التالية :

- ١ - عشوائية برامج التثقيف الغذائي لغياب السياسة العامة للتثقيف الغذائي .
- ٢ - تعدد الجهات التي تقدم برامج التثقيف الغذائي وهي ليست مسؤولة مناطقة لجهة معينة أو هيئة واحدة وإنما هي نشاط من ضمن فعاليات وبرامج أجهزة الوزارة علاوة على ذلك غياب التنسيق فيما بين هذه الأجهزة .
- ٣ - عدم وجود تخطيط علمي لبرامج التثقيف الغذائي لتواجه المشكلات التغذوية الحقيقية السائدة في المجتمع .
- ٤ - الاعتماد على وسائل وتقنيات التربية الغذائية المستوردة والمترجمة ، والافتقار إلى الوسائل المنتجة محليا والملائمة للبيئة ومشكلاتها الغذائية .
- ٥ - عدم وجود أهداف بعيدة المدى أو قريبة للتثقيف الغذائي .
- ٦ - عدم وجود برامج تقويم للتثقيف الغذائي تشكل لكافة جوانبه بصورة خاصة تعتميم المطبوعات .
- ٧ - نقص الكوادر الفنية المتخصصة من المواطنين الكويتيين القادرة على القيام بمهمة التثقيف الغذائي .
- ٨ - غياب برامج التدريب الشاملة للتثقيف الغذائي .
- ٩ - عدم توفر المراجع العربية المعتمدة للتغذية والاعتماد على الترجمة مما خلق تباين في المصطلحات والمفاهيم .
- ١٠ - عدم التنسيق بين الاعلام التجاري للأغذية وبين الجهات المسؤولة عن التثقيف الغذائي .

رابعاً : الآفاق المستقبلية للتثقيف الغذائي في الكويت :

- ١ - اجراء دراسات ومسوح ميدانية للكشف عن الأوضاع التغذوية لكافة فئات المجتمع لدم برامج التثقيف الغذائي بالبيانات الكافية عن الوضع التغذوي في الكويت ومن الاحتياجات الغذائية للأفراد .
- ٢ - اجراء مسح تقويى شامل لخدمات وأنشطة التثقيف الغذائي بكافة جوانبه .
- ٣ - اناطة مسؤولية التثقيف الغذائي لجهة واحدة لتقوم بوضع السياسة العامة على المستوى الوطني ، وتحديد الدور الذي تقوم به كل جهة معينة بتنفيذ هذه السياسة ، وتنسيق العمل ما بين الأجهزة المعنية والقادرة على التثقيف الغذائي .
- ٤ - اعداد خطة متكاملة مبرمجة للتثقيف الغذائي تحتوى أهدافا مستمدة من نتائج الدراسات والمسوح الغذائية وشاملة لكافة جوانب التطبيق والتنفيذ ووسائله ، والتفويى ، وتدريب الكوادر الوطنية .

- ٥ - اعداد وسائل وتقنيات للثقيف الغذائى المناسبة لاحتياجات البيئه الكويتية •
 - ٦ - التوجيه لجامعة الكويت بالعمل على اعداد المتخصصين فى التغذية والثقافة الغذائية على مستوى الدرجة الجامعية الاولى على الأقل •
 - ٧ - تدريب العاملين فى ميدان الثقيف الغذائى وتحديد مسؤوليتهم كل حسب مؤهلاته الدراسية وخبراته الميدانية •
 - ٨ - التوصية لوزارة التربية باذخال التربية الغذائية فى خطط المناهج الدراسية للبنين ، وأن تشمل مرحلة الرياض والابتدائية للبنين والبنات على السواء •
- خامسا : توصيات بشأن الثقيف الغذائى فى دول الخليج العربى :**
- ١ - استمرار الاتصال والتعاون وتبادل الخبرات بين الجهات المسؤولة عن الثقيف الغذائى فى هذه الدول •
 - ٢ - انشاء وحدة معلومات فى احدى الدول الخليجية خاصة بالتغذية لجمع وتوثيق كافة البيانات والاحصائيات والدراسات والمصادر المؤلفة لتكون مرجعا لكافة العاملين فى هذا المجال •
 - ٣ - تبادل التقنيات التربوية والمطبوعات والأفلام •
 - ٤ - الاستمرار فى عقد الندوات لمناقشة وتبادل خبرات الدول بما يخص القضايا المتعلقة بالتربية الغذائية •
 - ٥ - هناك حاجة ضرورية لتوحيد المصطلحات والمفاهيم العامة فى التغذية للاسترشاد بها عند اعداد المادة العلمية المطبوعة فى الثقيف الغذائى لذلك نقترح تشكيل لجنة مشتركة من الدول المشتركة فى هذه الندوة لتقوم بهذه المهمة •
 - ٦ - التوجيه للدول المشاركة فى هذه الندوة على أن تشمل برامجها فى الثقيف الغذائى على أهداف من ضمنها توعية صانعى القرار والقياديين والأطباء وأطباء الأسنان بأهمية التغذية كعامل أساسى من عوامل الوقاية الصحية •

المراجع

- ١ - الشاوي ،عاليه - دراسة الأنماط والعادات الغذائية لربات البيوت الكويتيات من ثلاثة مستويات تعليمية - المجلة التربوية عدد الخامس - كلية التربية - جامعة الكويت ١٩٨٥ .
- ٢ - وزارة الصحة العامة ، مكتب لجنة التخطيط الصحي ، التقرير الموجز للخطة الصحية في الكويت من عام ١٩٨٢ - ٢٠٠٠ ، ١٩٨٢ ، دولة الكويت .
- ٣ - وزارة الصحة العامة ، الصحة الوقائية ، وحدة التغذية - الحالة الغذائية للبالغين الكويتيين ، ١٩٨١ ، الكويت .
- ٤ - وزارة التربية ، ادارة المناهج والكتب المدرسية ، التقرير الختامي للجنة الاقتصاد المنزلي في ظل نظام المقررات للمدرسة التجريبية ، ٧٨ - ١٩٧٩ - دولة الكويت .
- ٥ - وزارة التربية ، ادارة المناهج والكتب المدرسية ، التقرير الختامي للجنة تطوير مناهج الاقتصاد المنزلي للمرحلة المتوسطة ٧٩ - ١٩٨٠ ، دولة الكويت .
- ٦ - وزارة التربية ، ادارة المناهج والكتب المدرسية ، التقرير الختامي للجنة تطوير مناهج الاقتصاد المنزلي للمرحلة الثانوية ، ٨٠ - ١٩٨١ - دولة الكويت .
- ٧ - وزارة التربية ، ادارة المناهج والكتب المدرسية ، تقرير اللجنة الرئيسية لمتابعة وتقييم المنهج المطور للاقتصاد المنزلي ، ٨١ - ١٩٨٢ ، دولة الكويت .
- ٨ - وزارة التربية ، النشرة الاحصائية لعام ٨٦ - ١٩٨٧ ، دولة الكويت .
- ٩ - وزارة التربية ادارة التعليم الفني والمهني ، التقرير الختامي للجنة وضع خطة دراسة ومناهج شعبة الاقتصاد المنزلي بمعهد التربية للمعلمات ، ١٩٨٠ ، دولة الكويت .

الجزء الثالث : الملاحق

(ملحق رقم ١)

الندوة شبه الإقليمية حول التثقيف الغذائي

في دول الخليج العربي

البحرين ٦ ٢٦-٢٨ يناير/كانون الثاني ١٩٨٧

برنامج الندوة

الأثنين ٦ ١/٢٦/١٩٨٧

تسجيل الأعضاء المشتركين	٨٣٠ - ٩٠٠
الافتتاح - القرآن الكريم	٩٠٠ - ٩٣٠
- كلمة وكيل وزارة الصحة	
- كلمة ممثل منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة	
استراحة	٩٣٠ - ١٠٣٠

الجلسة الأولى : أهمية التثقيف الغذائي الموجه للجمهور ونشاطات بعض المنظمات الدولية

في ذلك

استعمال الأساليب الموجهة للجمهور في التثقيف	١٠٣٠ - ١١٠٠
الغذائي في بلدان الشرق الأدنى -	
د . عائده النجار	
أهمية التثقيف الغذائي في بلدان الشرق	١١٠٠ - ١١٣٠
الأوسط ومدى استفادته من أساليب الإعلام	
الموجهة للجمهور - د . شوقي داغر	
التثقيف الغذائي ومثله في مناهج علم الأحياء	١١٣٠ - ١٢٠٠
د . غازي أبو شقرا	
استراحة للغذاء	١٢٠٠ - ١٥٠٠
جولة سياحية	١٥٠٠ - ١٧٠٠

الجلسة الثانية : عرض لتجارب بعض الدول في مجال التثقيف الغذائي

تجربة تونس من خلال برنامج " الدكتور حكيم " - عزالدين بوطريف	١٢٠٠ - ١٢٠
تجربة السودان في مجال التثقيف الغذائي لوجبات الفطام - د . حافظ الشاذلي	١٤٠ - ١٢٠
تجربة (ماص) التثقيف الغذائي في البحرين - بدرية عقيـل	١٤٠ - ١٠٠٠
تجربة مؤسسة الانتاج البرامجي المشترك لدول الخليج العربي برنامج سلامتك" - د . محمد الخطيب	١٠٣٠ - ١٠٠٠
استراحة	١١٠٠ - ١٠٣٠

الجلسة الثالثة : الأوراق القطرية للدول المشاركة

ورقة دولة البحرين	١١٢٠ - ١١٠٠
ورقة المملكة العربية السعودية	١٢١٠ - ١٢٠
استراحة	١٢٣٠ - ١٢١٠
ورقة دولة الكويت	١٢٥٠ - ١٢٣٠
نشاطات منظمة اليونيسيف في حقل التثقيف الغذائي في منطقة الخليج - أليس سمعان ود . عبد الوهاب مكي	١٣١٠ - ١٢٥٠
استراحة ودعوة للغذاء	١٥٠٠ - ١٣١٠

الجلسة الرابعة : أعمال اللجان

تقسيم المشاركين الى ٣ لجان كالتالي :	١٨٠٠ - ١٥٠٠
اللجنة الأولى : تحديد فئات الجمهور الواجب تثقيفها ووضع قائمة بالمواضيع ذات الأولوية بالنسبة للمنطقة في مجال التثقيف الغذائي	
اللجنة الثانية : وضع الصيغ الملائمة لبرامج التثقيف الغذائي الموجهة للجمهور من ناحية <u>المحتوى العلمي والاسلوب المتبع مع بعض الاقتراحات عن الشكل الفني</u> .	
اللجنة الثالثة : اعداد مسودة مشروع اقليمي لانتاج وتبادل برامج الاذاعة والتلفزيون المتخصصة في التثقيف الغذائي .	

الأربعاء ١٩٨٢/١/٢٨

الجلسة الخامسة : عرض تقارير اللجان ومناقشتها

تقرير اللجنة الأولى	١٣٠ - ١٠٠
تقرير اللجنة الثانية	١٠٠٠ - ١٣٠
تقرير اللجنة الثالثة	١٠٣٠ - ١٠٠٠
استراحة	١١٠٠ - ١٠٣٠
التوصيات	١١٣٠ - ١١٠٠
مناقشة التوصيات والبيان الختامي	١٢٠٠ - ١١٣٠

كلمة الدكتور راشد فليل ، وكيل وزارة الصحة بدولة البحرين

بسم الله الرحمن الرحيم

أيها السيدات والسادة الزملاء ،
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،

انه ليسعدني أن أفتتح ندوتكم الأولى شبه الاقليمية "حول التثقيف الغذائي" في
دول الخليج العربي .

ويسرني أن أرحب بكم في البحرين وأرفع اليكم تحيات وتمنيات سعادة وزير الصحة .
وأتمنى لندوتكم هذه النجاح ولوفادكم طيب الاقامة . ونشكر باسمكم جميعا منظمة الألفية
والزراعة للأمم المتحدة على اختيار البحرين مكانا لاقامة هذه الندوة المهمة في منطقة
الخليج خصوصا أن البحرين اختارت شعار يوم الصحة العالمي لعام ١٩٨٧ " الغذاء
ضمان لصحة كل طفل " ، بدل شعار منظمة الصحة العالمية وهو " التحصين ضمان لحياة
كل طفل " . وقد تم اختيار هذا الشعار بموافقة منظمة الصحة العالمية نظرا لأن البحرين
قد استطاعت أن ترفع نسبة التحصين الى ٩٥٪ في عام ٨٦ لأمراض الطفولة الستة و ٨٢٪
لمرض الحصبة . وان ندوتكم هذه في الوقت الذي تتعقد فيه تدوم هذه المسيرة .

أيها الأخوة ؛

ان منطقة الخليج مثل كل العالم مرت بطفرة اقتصادية كبيرة منذ نهاية الستينات
حملت معها كثيرا من الايجابيات وبعض السلبيات كذلك ؛
لقد تكونت البنية الأساسية في المجتمع وغطت الدولة كل المرافق الحيوية والضرورية
وارتفع دخل الفرد ارتفاعا ملحوظا وواكب هذا التطور تدفق اعلامي شرس على أسواق
المنطقة المفتوحة أمام أي مشوقات واستطاع الأسلوب الاعلامي المكثف أن ينجح في تغيير
عادات الناس وصير مجتمعاتنا الى مجتمعات استهلاكية تتكالب على كل جديد وتبهرها
المظاهر دون التساؤل عن فوائد هذا المعلن عنه والمرغب فيه أو مضاره صحيا واجتماعيا
أو حتى اقتصاديا وتقايدات أو تقاعست البرامج الثقافية عن مواجهة هذه الموجة العاتية
وقد كان للصورة المرئية أثرها السحري والواضح في التأثير السريع على عادات المجتمع .
ولأن غالبية أفراد شعوب منطقتنا مازالت أمية لا تؤثر فيها الكلمة المكتوبة سحر الصورة
المرئية كان لزاما علينا اليوم أن نخطط للاستعمال الأمثل والأفضل لمختلف وسائل الاعلام
وتوحيد مسارها وتكثيفها لكي لا تكون برامج التثقيف الصحي بعيدة عما يراه المشاهد من
مناظر توحى له وتكون أشد تأثيرا أو تأخذ بالافرا" الداعي الى المحاكاة وتقمص شخصيات
العمل المسرحي أو السينمائي .

كلمة ممثل المنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة : عزالدین بوطرف

سعادة وكيل وزارة الصحة ،

السادة مديرو الأقسام في وزارة الصحة ،

السيد الممثل المقيم لبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي ،

حضرات الضيوف والمشاركين الكرام ،

أود قبل كل شيء باسم المدير العام لمنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة الدكتور ادوار صوما ، أن أشكر وزارة الصحة بدولة البحرين على حسن تعاونها واستضافتها لهذه الندوة التي تعقد لأول مرة في هذه المنطقة الهامة والحساسة من عالمنا العربي .
وانعقاد مثل هذه الندوة في هذا البلد الكريم ليس من باب الصدفة بل هو نابع من اهتمام المسؤولين على مختلف مستوياتهم بموضوع الغذاء والتغذية والنشاطات الرائدة التي قاموا بها في هذا المجال .

انني لا أزيدكم علما اذا قلت أن موضوع الغذاء والأمن الغذائي كسب في السنوات الأخيرة مهبوما له أبعاد سياسية واقتصادية واجتماعية جعلته في صدارة اهتمامات الحكومات في كل أنحاء العالم وفي الخليج العربي بالأخص . فلقد تابعت اللقاءات العلمية والندوات والمؤتمرات لتعالج الجوانب المختلفة لهذا الموضوع ولرسم خطط وتصورات للحكومة التبعية في الامدادات الغذائية ولتقليل الفجوة بين الانتاج والاستهلاك الغذائي . هذه الفجوة التي ما فتئت تعظم تحت تأثير الكثافة السكانية وارتفاع الدخل الفردي للمواطن مع ركود الانتاج الزراعي والغذائي .

فرغم الجهود التي بذلتها معظم دول المنطقة لسد حاجاتها من بعض المواد الغذائية الأساسية فان المنطقة العربية ككل لاتزال تعتمد على العالم الخارجي لتأمين نصف حاجاتها من القمح وأكثر من ٦٠٪ من حاجاتها من السكر والزيت النباتية وحوالي ثلث حاجاتها من اللحم والألبان ، ويصل اعتماد بعض دول الخليج على أكثر من ٧٠٪ من غذائها على الاستيراد .

أما الحالة التغذوية لسكان دول الخليج العربي فقد شهدت تحسنا طموحا فسي العقود الأخيرة نتيجة لتوافر الغذاء وارتفاع القدرة الشرائية للسكان ، فزال العدي من أمراض سوء التغذية التي كانت مستفحلة في الخمسينات والستينات . غير أن التغيرات السريعة التي حصلت لنمط الاستهلاك والعادات الغذائية لسكان المنطقة جلبت لها أنواعا جديدة من المشاكل التغذوية لا تقل خطورة عن الأمراض السابقة كما أن لها تأثيرا سلبيا على حياة الفرد والمجتمع . هذه الأمراض التي تعرف بأمراض الرفاهية يتسبب فيها الإفراط في الاستهلاك وقلة الحركة . مع ذلك فان بعض الفئات الحساسة لاتزال تشكو

من نقص أو قلة توازن في بعض العناصر المغذية الضرورية للإنسان •
السيد الوكيل ، حضرات الضيوف ،

ان العوامل التي تؤثر على الحالة الغذائية والتغذية للسكان كثيرة ومتشعبة وتهم العديد من القطاعات ، كذلك بالنسبة للحلول ولا بد من تظافر كل الجهود للوصول الى النتيجة المرجوة • فبرامج التدخل الغذائي عديدة ومتنوعة وذات جدوى متباينة ومختلفة باختلاف الوضع وموضوع ندوتنا هذه يتعلق بطريقة من طرق التدخل الغذائي ألا وهو التثقيف الغذائي • وقد كان للعرب في القديم معرفة جيدة بفنون التغذية والتثقيف الغذائي فبينوا النافع من الطعام والضرار منه • يقول أبو بكر الرازي إذا استطعت أن تعالج بالغذاء فلا تعالج بالدواء" وهو بهذا يذكر ما قاله أبقراط "دع عقاقيرك في قواريرك وعالج بالغذاء" قبل أن تعالج بالدواء" • ويقول البلدي "فالأخلق بلسن الأم أن يكون أوفى الألبان كلها كسائر الأطفال ان لم يكن لها هلة أو سبب يفسد اللبن ثم يقول "وفي سلامة لبن الأم نفع له ونفع لها في الرضاع منها وحفظ لصحتها وصحته" وهو بذلك يثبت أن فائدة الرضاعة الطبيعية بالنسبة للأم المرضع وللطفل • ويذكر ابن سينا في كتابه القانون "قد صح بالتجربة أن القامة (الرضع) حلما أمه عظيم النفع جدا" في دفع ما يؤذيه" وكأنه يشير هنا الى ما أثبتته العلم الحديث من وجود بعض عناصر المناعة من الأمراض في حليب الأم • ويبين علي بن عباس المجوسي كيفية فطام الرضيع فيقول "وينقص في ارضاعه في كل يوم قليلا ولا يقطع عن اللبن دفعة واحدة ويزداد في افدائه قليلا قليلا على التدرج حتى يتعلم أن يستكفي بمقدار من الغذاء" فحينئذ يقطع عن الرضاع" • ولعل أعمق وأشمل نصيحة جاءت للإنسان في هذا المجال هي ما ورد في الآية الكريمة "فلينظر الإنسان الى طعامه" ان في هذه العبارات لعبر تصعب عن الاحصاء •

وسيقع التركيز في المحاضرات والمناقشات على أسلوب من أساليب التثقيف الغذائي وهو الذي يتوجه للجمهور مستعملا أجهزة الاعلام السمعية والبصرية • فالوضع الاجتماعي وتطور وسائل الاعلام في دول الخليج يحتم تنمية وتنشيط هذا الاسلوب الذي يمكن المثقف من اىصال معلوماته ونصائحه داخل البيوت والى الأمهات وربات البيوت اللواتي يلعبن دورا هاما في تغذية أفراد الأسرة وتؤثرن على عاداتهم الغذائية •

لكن هناك العديد من التساؤلات والنقاط الفنية حول استعمال هذا النوع من أساليب التثقيف الغذائي :

- ما هي المشاكل الغذائية الأكثر حدة في المنطقة والتي تستدعي معالجتها عن طريق التثقيف الغذائي ؟
- من هي الفئات المستهدفة ؟
- ما هي الوسيلة الاعلامية التي يصلح استعمالها لكل من هذه المشاكل ؟
- كيف يكون انتاج هذه البرامج التثقيفية ؟
- ما هو دور الحكومات والمؤسسات الخليجية في هذا الانتاج ؟

اننى آمل أن نتوصل فى نهاية هذه الندوة الى الاجابة على هذه الأسئلة والى
تصور واضح لامكانيات التعاون البناء بين الدول الخليجية فى انتاج وبت برامج التثقيف
الغذائى ومنظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة مستعدة لبذل المعونة الفنية اللازمة لبلوغ

• هذا الهدف

السيد الوكيل ،

حضرات المشاركين ،

أريد فى نهاية هذه الكلمة أن أكرر شكرى وثنائى للمسؤولين فى وزارة الصحة بدولة
البحرين الشقيقة على المجهودات الجبارة التى قاموا بها فى تنظيم هذه الندوة وأتمنى
للجميع التوفيق فى أعمالهم •

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

ملحق رقم (٤) : قائمة السادة المشاركين

المملكة العربية السعودية

عبد العزيز ابراهيم العثيمين

مدير ادارة التغذية

مستشفى الطك فيصل التخصصي

ص ٠ ب ٣٣٥٤ الرياض ١١٢١١

أسامة حسن منور

رئيس قسم التغذية

وزارة الصحة - مكة

عبد الله ابراهيم البواردي

أخصائي تغذية

ادارة التغذية - وزارة الصحة

ص ٠ ب ٢٥١٣٤ - الرياض

دولة الكويت

د ٠ عاليه نظيف الشاوي

جامعة الكويت - كلية التربية

ص ٠ ب ٥٩٦٦

دولة البحرين

د ٠ عبدالرحمن مصيقر

رئيس قسم التغذية - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

زهير الدلال

أخصائي تغذية - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

قبيله الشهابين

فنية تغذية - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

صديقه عباس

فنية تغذية - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

أمينة العوضى

أخصائية تغذية - مستشفى السلمانية

وزارة الصحة - ص ٠ ب ١٢

دعد ابراهيم العريض

أخصائية تغذية - مستشفى السلمانية

وزارة الصحة - ص ٠ ب ١٢

عبد الله أحمد عبد الله علي

محاضر - كلية العلوم الصحية

وزارة الصحة - ص ٠ ب ١٢

سهام عبد الله الراشد

ضابطة تمريض - المراكز الصحية

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

وداد منصور عبد الحسين

ضابطة تمريض - المراكز الصحية

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

أمينة محمد يوسف

متقنة صحية - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

حسين سلمان الموسوي

متقن صحي أول - وزارة الصحة

ادارة الصحة العامة - ص ٠ ب ٤٢

سوديه محمود الكوهجي
كبيرة مدربين
مركز التدريب للتموين والفندقية
وزارة الاعلام - ص ٥ ب ٢٢٠٨٨
جميل هيات فتيل
مدرب
مركز التدريب للتموين والفندقية
وزارة الاعلام - ص ٥ ب ٢٢٠٨٨
عبد الله باقر حسن
مشرف أغذية - وزارة الصحة
ادارة الصحة العامة - ص ٥ ب ٤٢

منظمة اليونيسيف

د ٥ عبد الوهاب مكي
مثل اليونيسيف - مكتب اليونيسيف
أبوظبي - دولة الامارات العربية المتحدة
أليس سمعان
مسؤولة برامج - مكتب اليونيسيف
المنامة - البحرين

منظمة اليونيسكو

د ٥ غازي أبو شقرا
مستشار العلم والتكنولوجيا والتربية
البيئية
ص ٥ ب ٢٢٧٠
عمان - الأردن

منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة

عزالدين أبوطريف
مسؤول الغذاء والتغذية لاقليم الشرق
الأدنى
روما - ايطاليا

د ٥ محمد الخطيب
رئيس قسم التثقيف الصحي
وزارة الصحة - ص ٥ ب ١٢
بهبه عبد الله صالح صويلح
أخصائية مناهج اقتصاد منزلي
ادارة المناهج ص ٥ ب ٧٠
وزارة التربية والتعليم
رقية عاشور جاد
أخصائية مناهج اقتصاد منزلي
ادارة المناهج ص ٥ ب ٧٠
وزارة التربية والتعليم

لولوه محمد جميل

مدرسة أولى - وزارة التربية والتعليم
منزل رقم ١١٧ مجمع ٢٠٤ شارع الخليفة
صفيه أحمد الأنصاري
مدرسة أولى - وزارة التربية والتعليم
منزل رقم ٥٦١ ممر ١٣٢٨

جميله عتيق الدوسري
أخصائية توعية غذائية
برنامج التوعية الغذائية
وزارة العمل والشؤون الاجتماعية

بدرية عقيل جناحي
أخصائية توعية غذائية
برنامج التوعية الغذائية
وزارة العمل والشؤون الاجتماعية

حيدر حسن الجامع
كبير المدربين
مركز التدريب للتموين والفندقية
وزارة الاعلام - ص ٥ ب ٢٢٠٨٨

د • شوقي داغر
مستشار منظمة الأغذية والزراعة
الجامعة الأمريكية - كلية العلم الطبية
بيروت - لبنان

سكرتارية الندوة

اسماعيل أكسبري
مسؤول العلاقات العامة
وزارة الصحة - البحرين

د • عبد الرحمن مصيفو
وزارة الصحة - البحرين

عزالدين بوطرف
منظمة الأغذية والزراعة للأمم المتحدة

لطيفه طالب فقيهي
وزارة الصحة - البحرين

بهية خميس حسن
وزارة الصحة - البحرين

