

AN ANALYTICAL STUDY OF THE IMPACT OF THE KNOWLEDGE AND APPLICATION OF RURAL WOMEN OF THE CORRECT NUTRITIONAL PRACTICES ON HUMAN DEVELOPMENT FOR FAMILY MEMBERS IN THE RURAL OF DAKAHLIA GOVERNORATE

Amina A. Kotop and Shaima A.R. Hashim

Agric. Econ. Dept., Fac. Agric., Zagazig Univ., Egypt

دراسة تحليلية لأثر معرفة وتطبيق المرأة الريفية للممارسات الغذائية السليمة على التنمية البشرية لأفراد الأسرة في ريف محافظة الدقهلية
أمينة أمين قطب مصطفى وشيماء عبد الرحمن هاشم
قسم الاقتصاد الزراعي - كلية الزراعة - جامعة الزقازيق

الملخص

استهدف هذا البحث : بصفة رئيسية دراسة وعى المرأة الريفية بالممارسات الغذائية السليمة، وذلك من خلال تحقيق الأهداف الآتية: التعرف على الخصائص العامة المميزة للمجتمعات الريفيات. والتعرف على درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة وتحديد العوامل المؤثرة عليها. والتعرف على درجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة وتحديد العوامل المؤثرة عليها. وقياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية. وقياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على الأهمية النسبية للإنفاق الإستهلاكي الغذائى الفردى. وقياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على مدى حصول أفراد الأسرة على العناصر الغذائية الضرورية. والتعرف على الخدمات التى يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات فى مجال التغذية السليمة. وأجري هذا البحث في الدقهلية وتم اختيار قريتي دنديط وكفر الوزير من مركز ميت غمر، واختيرت قريتي صهرجت الصغرى وبشلا من مركز أجا. وتم اختيار عينة مكونة من ٢٠٠ مبحوثة عشوائيا بواقع (٥٠) مبحوثة من كل قرية من القرى الأربعة المختارة، وتم استخدام الاستبيان بالمقابلة الشخصية جمعت بيانات الدراسة خلال عام ٢٠١٤، وتم استخدام النسب المئوية ومعامل الارتباط البسيط، والانحدار المتدرج المتعدد المساعد في تحليل البيانات.

وكانت أهم النتائج التى توصل إليها البحث هي: أن مكونات المستويات المعرفية بالممارسات الغذائية السليمة يمكن ترتيبها تصاعديا حسب مستويات المعرفة المرتفعة كما يلي: المعرفة بالممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء، ثم المعرفة بالممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام، ثم الممارسات السليمة فى تخزين الغذاء، ثم الممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم المعرفة بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة.

كما أوضحت الدراسة أن ترتيب مكونات المستويات التطبيقية للممارسات الغذائية السليمة تصاعديا حسب مستويات التطبيق المرتفعة كما يلي: تطبيق الممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام، ثم تطبيق الممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء، ثم الممارسات السليمة فى تخزين الغذاء، ثم الممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم تطبيق الإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة.

واتضح أن الأسر التى تطبيق الممارسات الغذائية بدرجة مرتفعة هي أكثر الأسر التى تتبع نظاما غذائيا يقترب بدرجة كبيرة من الهرم الغذائى والذى يتكون من: تحتل مجموعة الخبز والحبوب قاعدة الهرم العريضة، يليها بعد ذلك مجموعة الخضروات، تليها مجموعة الفواكه، وتأتي مجموعة اللحوم والدواجن والأسماك والبقوليات والبيض والمكسرات في الجانب الأيمن للهرم فوق مجموعة الفواكه، وتقع مجموعة الحليب والجبن والألبان بجانب مجموعة اللحوم، وتأتي مجموعة الدهون والزيوت والحلويات في قمة الهرم كما اتضح أن متوسط نصيب الفرد من الطاقة والبروتين النباتى والحيوانى فى الأسر التى تطبيق الممارسات الغذائية الجيدة بدرجة مرتفعة أعلى منه بالنسبة لكل من الأسر التى تطبيق الممارسات الغذائية الجيدة بدرجة منخفضة ودرجة متوسطة، بينما انخفض متوسط نصيب الفرد من الدهون فى الأسر التى تطبيق

الممارسات الغذائية الجيدة بدرجة مرتفعة عن الأسر التي تطبق الممارسات الغذائية الجيدة بدرجة منخفضة ودرجة متوسطة.

المقدمة والمشكلة البحثية:

أُخذت العديد من الخطوات الواسعة في مجال التنمية الريفية خاصة في الدول النامية وذلك بهدف النهوض بمستويات المعيشة للريفيين وتضييق الفجوة بين من يعيشون في الريف وبين من يعيشون في الحضر من خلال النهوض بالعنصر البشري باعتباره العصب الرئيسي في عملية التنمية (شليبي، وحسنه: ٢٠٠٦ : ٣٣٩)، فالريف المصري يمثل من ناحية جزءاً هاماً ورئيسياً في منظومة البيان الاقتصادي المصري إذ يستوعب أكثر من نصف سكان المجتمع (٥٧.١% من جملة السكان) كما يعمل به حوالي ٣٠% من إجمالي القوة العاملة المصرية وتشكل المرأة نحو ٤٨.٧٨% من جملة السكان (الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠١٣) فضلاً عن دوره الكبير في توفير الغذاء والكساء للسكان وفي نفس الوقت فإنه يوفر المادة الخام للعديد من الصناعات الوطنية وخاصة التي تعتمد على الزراعة والأنشطة الزراعية، ليس هذا فقط بل أن الريف المصري يمثل قاعدة استهلاكية كبيرة للمنتجات المحلية بحكم كونه يحوى النسبة الغالبة من السكان(خاطر، ٢٠٠٣).

وتعتبر الأسرة المصرية بصفة عامة والأسرة الريفية بشكل خاص هي نقطة البداية ومحور الارتكاز لمناقشة الجوانب المتعلقة بالتنمية الاقتصادية والاجتماعية بالريف (سامية، ١٩٨٨). وتعتبر المرأة أحد المحاور الرئيسية لتحقيق التنمية كما أن مشاركة المرأة في التنمية من أهم القضايا المعاصرة حيث يعد دور المرأة في أى مجتمع أحد المقاييس التي تعبر عن نمو هذا المجتمع وتطوره (-Abla Abd El-Latif,El-Lathy,1996)، ومع تطبيق برامج الإصلاح الاقتصادي وحدث تغييرات اقتصادية في مصر تأثر كلا من الرجل والمرأة بهذه التغييرات وخاصة المرأة حيث تتعرض المرأة للضرر من ثلاثة جوانب فهي تعيش مثلها مثل الرجل في ظروف اقتصادية صعبة وتعاني من تحيزات ثقافية وسياسات تحد من مساهمتها في عملية التنمية.

ولا يقتصر وعي المرأة على اهتمامها الشديد بصحتها فقط ، بل يمتد هذا الوعي ليشمل الاهتمام بصحة أسرته وحل مشاكلهم وتأمين مستقبلهم ، حيث أكدت الأمم المتحدة في تقاريرها السنوية الصادرة حول التنمية البشرية أن المرأة هي مدخل التنمية الأساسي ، وهي امرأة على درجة معينة من الوعي تساهم في تنظيم الأسرة وزيادة دخلها وبالتالي تأمين ظروف حياة أفضل لها .

وتضيف هذه التقارير أنه لا أمل لدول العالم الثالث الغارقة في مستنقع الفقر والتخلف والبطالة وارتفاع نسبة النمو السكاني للحد من تفاقم أوضاعها الاجتماعية والسير في طريق التنمية إلا بتحسين ظروف النساء الصحية والاجتماعية وخلق فرص العلم والعمل لهن، وإلى الآن ما زالت المرأة تكذب وتجتهد وتساهم بكل طاقاتها في رعاية بيتها وأسرتها في الأم التي تقع عليها مسؤولية تربية الأطفال ، وهي الزوجة التي تدير اقتصاديات الأسرة ، وهذا ما يميز الدور الكبير التي تقوم به المرأة ، دوراً كبيراً الذي لا يمكن إغفاله أو التقليل منه. ولكن قدرة المرأة على القيام بهذا الدور تتوقف على نوعية نظرة المجتمع إليها والاعتراف بقيمتها ودورها في المجتمع، وتمتع بحقوقها وخاصة ما نالته من تثقيف وتأهيل وعلم ومعرفة لتنمية شخصيتها وتوسيع مداركها ومن ثم يمكنها القيام بمسؤولياتها تجاه أسرته ومجتمعها والدخول في ميدان العمل والتنمية بكافة أنواعها (رفيقة حمود: ١٩٩٧).

وعملية التنمية تحتاج إلى تسخير كل الطاقات المادية والبشرية، ولعل أهم عملية استثمارية تقوم بها أية دولة نامية - على الأخص - هي تنمية مواردها البشرية، ولا شك أن المرأة في المجتمع - كما يقال عادة - تكون نصف الموارد البشرية التي يعتمد عليها في تنفيذ برامج التنمية.

ومن هنا جاء الاهتمام بتنمية الموارد البشرية، فالإتجاه الحديث في التنمية يعتبرها مدخلاً للتنمية الشاملة، وتكتسب أهميتها من منطلق أن الإنسان السليم جسماً وعقلياً وهو المطلوب لتحقيق التقدم، وهو الضمان لنجاح عملية التنمية، فالموارد البشرية هي الثروة الحقيقية لدول العالم، ومن ثم تصبح تنمية هذه الموارد ذات أهمية مركزية لتخطيط عملية التطور المطلوبة ، لذا كان من البديهي أن يزداد الاهتمام بالعنصر البشري ، ليشمل مجالات ذات صبغة اجتماعية وثقافية وسياسية .

ويمثل العنصر البشري مثلاً في الخبرات والمهارات والكفاءات والقدرات الإنسانية لقوة الدفع الحقيقية لعملية التنمية، فالإنسان هو غاية التنمية وفي نفس الوقت وسيلتها فلا بد من الإهتمام بتنمية الموارد البشرية كمدخل للتنمية الحقيقية، ويقصد بالاستثمار في العنصر البشري هو النهوض الكيفي بالإنسان عن طريق الإنفاق في مجالات متعددة أهمها التعليم والصحة والتغذية بالإضافة إلى النواحي الثقافية والأبحاث العلمية وغيرها .

وتعتمد التنمية البشرية على ثلاثة محاور رئيسية هي الدخل والتعليم والصحة مع التغذية، وتعتبر التغذية السليمة عنصراً أساسياً للصحة إذ لا بد أن يحصل جميع فئات المجتمع على كميات كافية من الأغذية السليمة الغنية بالمغذيات لتلبية احتياجاتهم ليس فقط من الطاقة والبروتين بل العناصر الصغرى فبدون التغذية الكافية على سبيل المثال يبدأ الأطفال حياتهم وهم عرضة لمخاطر عدة من المشكلات الصحية بينما يعجز البالغون عن أداء مهامهم بالكامل في المجتمع فالصحة الجيدة تحسن المعيشة وترفع كفاءات أفراد المجتمع مما يؤدي إلى زيادة الإنتاجية والقوة الاقتصادية فهناك نحو ٨٠٠ مليون نسمة (٢٠% من سكان العالم) لا يحصلون على احتياجاتهم الغذائية الأساسية و ٢٠٠ مليون نسمة يعانون من الجوع الخفي، كما يفقد الحياة من ١١ إلى ١٣ مليون طفل أقل من خمس سنوات نتيجة الإصابة بسوء التغذية والأمراض المعدية (FAO:2013)

ويعتبر الغذاء المتوازن في محتواه من العناصر الغذائية كما ونوعاً هاماً وضرورياً للمحافظة على حياة الإنسان وصحته وقدرته على أداء العمل كما يجب أن يكون هذا الغذاء آمناً خالياً من الملوثات حتى لا يسبب تناوله أضراراً صحية للإنسان سواء في المدى القريب أو البعيد، فالتمتع بالصحة الجيدة من أهم أسباب رفع القدرة على العمل والإنتاج وقد بين لنا علم التغذية بالبحث والدراسة المستمرة أن الغذاء هام لبناء الجسم القوي واستمرار تجديده ونشاطه وترتبط التغذية ارتباطاً كبيراً بالغذاء ومكوناته من مواد غذائية وتوفر العناصر الغذائية (الكربوهيدرات والسكريات والدهون والبروتينات والفيتامينات والمعادن والألياف) لقيام الجسم بوظائفه المختلفة.

والمرأة ما زالت لم تحظى بنصيبها الكامل في بعض مجالات ونواحي التنمية البشرية المختلفة – تعليمية وصحية وثقافية... إلخ – والتي تشكل عائقاً في سبيل قيام المرأة بما يأمله المجتمع منها. ومن هنا كانت أهمية تنمية المرأة وتحسين أوضاعها بتعليمها واكتسابها المعارف والمهارات المختلفة التي تساعدها على أن تكون قوة منتجة لتحقيق دورها في المجتمع على أكمل وجه ضرورياً، ومن أهم هذه المعارف والمهارات هي تلك الخاصة بالممارسات الغذائية السليمة والتي تؤدي إلى زيادة حصول الأفراد على الإحتياجات الغذائية الضرورية وبالتالي تحسين قدرة الأفراد على العمل والإنتاج والمساهمة الفعالة في عملية التنمية وقد أثبتت الدراسات المختلفة أنه على الرغم من انخفاض مستوى وعي ومعارف وممارسات المرأة الريفية في بعض مجالات التنمية الأسرية إلا أنها لا تسعى غالباً لتحسين مستواها المعرفي والمهاري، لذا فإن دراسة المستوى المعرفي والتطبيقي للممارسات الغذائية السليمة للمرأة الريفية من الممكن أن تساعد على إلقاء مزيداً من الضوء على تفهم الإحتياجات الإرشادية للمرأة الريفية الأمر الذي يؤدي إلى تحقيق التنمية المطلوبة للمرأة الريفية وبلا شك سوف ينعكس ذلك على التنمية البشرية لأفراد الأسرة والمجتمع بأسره.

أهداف البحث :

تستهدف هذه الدراسة بصفة رئيسية دراسة وعي المرأة الريفية بالممارسات الغذائية السليمة، وذلك من خلال تحقيق الأهداف الآتية:

- ١- التعرف على الخصائص العامة المميزة للمبحوثات الريفيات.
- ٢- التعرف على درجة معرفة الريفيات المبحوثات بالممارسات الغذائية السليمة، وتحديد العوامل المؤثرة عليها.
- ٣- التعرف على درجة تطبيق الريفيات المبحوثات للممارسات الغذائية السليمة، وتحدي العوامل المؤثرة عليها.
- ٥- قياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية
- ٧- قياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على الأهمية النسبية للإنفاق الاستهلاكي الغذائي الفردي.
- ٨- قياس أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على مدى حصول أفراد الأسرة على العناصر الغذائية الضرورية
- ٩- التعرف على الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية السليمة

الفروض الإحصائية

الفرض الأول

لا توجد علاقة ارتباطية بين درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة والمتغيرات المستقلة المدروسة التالية (السن، وعدد سنوات التعليم، والدخل، وحجم الأسرة المعيشية، المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية، المساهمة في الأنشطة المولدة لدخل، ملكية الأصول الإنتاجية، ملكية الأصول غير الإنتاجية، الضغط النفسي، المشاركة الاجتماعية الرسمية، المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، الإنفتاح

الجغرافي، الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية، الميل الإدخاري، التعرض الإعلامي (التعرض لمصادر المعلومات)، الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي)

الفرض الثاني:

لا توجد علاقة ارتباطية بين درجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة والمتغيرات المستقلة السابق ذكرها.

منهجية الدراسة وأدواتها :

المجال الجغرافي:

أُجري هذا البحث في الدقهلية وتم اختيار قريتي دندب وكفر الوزير من مركز ميت غمر، واختيرت قريتي صهرجت الصغرى وبشلا من مركز أجا.

المجال البشري:

تم اختيار عينة مكونة من ٢٠٠ مبحوثة عشوائيا بواقع (٥٠) مبحوثة من كل قرية من القرى الأربعة المختارة، أسلوب جمع البيانات:

استخدم الاستبيان بالمقابلة الشخصية مع المبحوثات لجمع بيانات الدراسة وذلك خلال عام ٢٠١٤.

أساليب التحليل الإحصائي:

وتم استخدام النسب المئوية ومعامل الارتباط البسيط، والانحدار المتدرج المتعدد الصاعد (Step-wise) قياس المتغيرات البحثية:

١- السن : تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوثة عن عمرها لأقرب سنة، وتم استخدام عدد السنوات الممتلئة لعمر المبحوثة كمؤشر رقمي لقياس هذا المتغير، وتم تقسيم المبحوثات من حيث السن إلى ثلاث فئات كما يلي: صغار السن (أقل من ٣٥ سنة)، متوسطى السن (٣٥ - أقل من ٥٠ سنة)، كبار السن (٥٠ سنة فأكثر).

٢- الحالة التعليمية للمبحوث (عدد سنوات التعليم): تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوثة عن عدد سنوات تعليمها، وتم تقسيم المبحوثات من حيث الحالة التعليمية إلى أربعة فئات كما يلي: أمية وهي التي لم تلتحق بالتعليم، حاصلة على مؤهل تحت المتوسط وهي التي أتمت في التعليم أقل من ١٢ سنة، حاصلة على مؤهل متوسط أو أعلى وهي التي أتمت في التعليم ١٢ سنة فأكثر.

٣- الدخل : ويعبر عنه بإجمالي دخل الأسرة شهريا كرقم مطلق بالجنيه وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوثة عن دخل الأسرة الشهري وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هي: ذوى دخل منخفض (أقل من ١٠٠٠ جنيه)، وذوى دخل متوسط (١٠٠٠ - ٢٠٠٠ جنيه)، وذوى دخل مرتفع (أكثر من ٢٠٠٠ جنيه).

٤- حجم الأسرة المعيشية: تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوثة عن عدد أفراد أسرتها المقيمين معها في معيشة واحدة وإستخدم عدد الأفراد كمؤشر رقمي لقياس هذا المتغير، وتم تقسيم المبحوثات من حيث عدد أفراد الأسرة إلى ثلاث فئات كما يلي: أسرة صغيرة (أقل من ٥ أفراد)، أسرة متوسطة (٥-٧ أفراد)، أسرة كبيرة (٨ أفراد فأكثر).

٥- المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مشاركتها في صنع واتخاذ القرارات الأسرية، على مقياس مكون من (٦) عبارات وأعطيت الإستجابات (دائما، أحيانا، نادرا، لا) الدرجات التالية (٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات من حيث مستوى المساهمة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية إلى ثلاث فئات كما يلي: مساهمة منخفضة (٦-١) درجة، مساهمة متوسطة (١٢-١٨) درجة، مساهمة مرتفعة (١٩-٢٤).

٦- المساهمة في الأنشطة المولدة للدخل: وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوثة عن مشاركتها في مجموعة من الأنشطة التي تولد دخلاً للأسرة، على مقياس مكون من (٨) عبارات وأعطيت الإستجابات (دائما، أحيانا، نادرا، لا) الدرجات التالية (٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هي: مساهمة منخفضة (٨-١٥) درجة، مساهمة متوسطة (١٦-٢٤) درجة، مساهمة مرتفعة (٢٥-٣٢) درجة.

٧- ملكية الأصول الإنتاجية: تعتبر الأصول المملوكة للأسرة خاصة الإنتاجية منها دعامة هامة تعتمد عليها الأسرة في الحصول على الدخل، فالأسرة الريفية تمتلك الأصول المختلفة منها الأصول الإنتاجية وهي الأصول التي تورد دخلاً للأسرة وتشمل الأراضى الزراعية والآلات والحيوانات الزراعية والمشاريع التجارية ووسائل النقل والسندات والأرصدة البنكية، وتم قياسها بسؤال المبحوثة عن حيازتها لأى من هذه الأصول وتم حساب قيمة الأصول بسعر السوق، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هي: ملكية منخفضة (أقل من ٤٠٠ ألف جنيه)، ملكية متوسطة (٤٠٠-٦٠٠ ألف جنيه)، ملكية مرتفعة (أكثر من ٦٠٠ ألف جنيه)

- ٨- ملكية الأصول غير الإنتاجية: وهى الأصول التى تستفيد منها الأسرة ولكن لاتدر لها دخلاً ويقصد بها اجمالى عدد الأجهزة المنزلية الأساسية والترفيهية لدى المبحوث سواء كانت راديو، تليفزيون، مروحة، غسالة، ثلاجة، مكواة، خلاط، تليفون أرضى، موبایل، دش، سحان، دفاية، غسالة أطباق، فيديو، مكينة كهربائية وتم قياسها بسؤال المبحوث عن حيازتها لآى من هذه الأصول وتم حساب قيمة الأصول بسعر السوق، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هى: ملكية منخفضة (أقل من ٦٠٠٠ جنيه)، متوسطة (٦٠٠٠-٨٠٠٠ جنيه)، مرتفعة (أكثر من ٨٠٠٠ جنيه)
- ٩- الضغط النفسى: ويقصد به الضغوط التى تتعرض لها المرأة الريفية نتيجة زيادة الأعباء داخل الأسرة، وتم قياسه من خلال استيفاء رأى المبحوث فى عدة عبارات، وذلك على مقياس ليكرت مكون من (٧) عبارات، وأعطيت الإستجابات (موافق، سيان، غير موافق) للعبارات الإيجابية الدرجات (٣، ٢، ١)، والعبارات السلبية الدرجات (٣، ٢، ١)، وتم تقسيم المبحوثات من حيث مستوى الضغط النفسى إلى ثلاث فئات كما يلي: ضغط منخفض (٧-١) درجة، ضغط متوسط (١٢-١) درجة، ضغط مرتفع (١٧-٢١) درجة
- ١٠- المشاركة الاجتماعية غير الرسمية: ويقصد بها درجة مساهمة المبحوث فى المشروعات والأنشطة التنموية والمناسبات داخل المجتمع، وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن درجة مشاركته فى مجموعة من الأنشطة والمناسبات غير الرسمية بلغ عددها (١٢) نشاطاً، وأعطيت درجات (١، ٢، ٣، ٤) لإستجابات (دائماً، أحياناً، نادراً، لا) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات كما يلي: مشاركة منخفضة (١٢-٢٣ درجة)، مشاركة متوسطة (٢٤-٣٦ درجة)، مشاركة مرتفعة (٣٧-٤٨ درجة).
- ١١- المشاركة الاجتماعية الرسمية: ويقصد بها مدى مشاركة المبحوث من حيث عضويتها فى المنظمات الريفية، وقد تم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن مدى مشاركتها فى هذه المنظمات، وذلك بدرجات (١، ٢، ٣، ٤) وذلك للإستجابات الآتية (غير مشترك- عضو عادى- عضو مجلس إدارة- رئيس مجلس إدارة)، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هى: مشاركة منخفضة (٧-١٣ درجة)، متوسطة (١٤-٢١ درجة)، مشاركة مرتفعة (٢٢-٢٨ درجة).
- ١٢- الإنفتاح الجغرافى: ويقصد به مدى تردد المبحوث على المجتمعات المحيطة بمجتمعها المحلى، وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن مدى ترددها على الأماكن المحيطة بمجتمعها، بمقياس مكون من ١١ سؤال وأعطيت درجات (١، ٢، ٣، ٤) لإستجابات (دائماً، أحياناً، نادراً، لا) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات كما يلي: انفتاح جغرافى منخفض (١١-٢١ درجة)، انفتاح جغرافى متوسط (٢٢-٣٢ درجة)، انفتاح جغرافى مرتفع (٣٣-٤٤ درجة).
- ١٣- الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية: ويقصد به فى هذا البحث مدى ميل المبحوث واقتناعها بأهمية وفائدة برامج التنمية البشرية، وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن رأيها فى بعض العبارات بإستخدام مقياس ليكرت Likert Method المكون من (١٠) عبارات وأعطيت إستجابات (موافق، محايد، غير موافق) درجات (١، ٢، ٣) للعبارات الإيجابية، ودرجات (٣، ٢، ١) للعبارات السلبية، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هى: إتجاه ضعيف (١٠-١٦ درجة)، متوسط (١٧-٢٣ درجة)، قوى (٢٤-٣٠ درجة).
- ١٤- الميل الإداخارى: ويقصد ميل المبحوث إلى التوفير والإدخار سواء بتوفير جزء من الدخل المخصص للإنفاق أو القيام ببعض الممارسات التى من شأنها أن تساهم فى توفير الدخل، وتم قياس هذا المتغير من خلال سؤال المبحوث عن رأيها فى مجموعة من العبارات، وذلك على مقياس مكون من (٩) عبارات وأعطيت الإستجابات (موافق، سيان، غير موافق) درجات (٣، ٢، ١) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هى: ميل ضعيف (٩-٤ درجة)، ميل متوسط (١٥-٢١ درجة)، ميل قوى (٢٢-٢٧ درجة).
- ١٥- التعرض الإعلامى (التعرض لمصدر المعلومات): ويقصد بها درجة تعرض المبحوثات لمصادر المعلومات التى تحصلن منها على معلوماتهن عن الممارسات الغذائية، وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن المصادر التى تحصل منها على معلوماتها عن الممارسات الغذائية وبلغ عدد المصادر (٨) مصادر، وأعطيت درجات (١، ٢، ٣، ٤) لإستجابات (دائماً، أحياناً، نادراً، لا) على الترتيب، وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات كما يلي: ذوى تعرض منخفض (٨-١٥ درجات)، ذوى تعرض متوسط (١٦-٢٤ درجة)، ذوى تعرض مرتفع (٢٥-٣٢ درجة).
- ١٦- المستوى المعرفى للمرأة الريفية بالممارسات الغذائية السليمة: وهى عبارة عن الدرجة الكلية لخمسة بنود هى:

- أ- المستوى المعرفي للريفيات المبحوثات بالاحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مجموعة من العبارات وذلك على مقياس مكون من (١٢) عبارة، وأعطيت إستجابات (تعرف، لاتعرف) درجات (١، صفر)
- ب- المستوى المعرفي للريفيات المبحوثات بالممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مجموعة من العبارات وذلك على مقياس مكون من (١٤) عبارة، وأعطيت الإستجابات (تعرف، لاتعرف) الدرجات التالية (١، صفر)
- ج- المستوى المعرفي للريفيات المبحوثات بالممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مجموعة من العبارات وذلك على مقياس مكون من (٧) عبارات، وأعطيت الإستجابات (تعرف، لاتعرف) درجات (١، صفر).
- د- المستوى المعرفي للريفيات المبحوثات بالممارسات السليمة في تخزين الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مجموعة من العبارات وذلك على مقياس مكون من (٦) عبارات، وأعطيت الإستجابات (تعرف، لاتعرف) (١، صفر).
- هـ - المستوى المعرفي للريفيات المبحوثات بالممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مجموعة من العبارات وذلك على مقياس مكون من (١٥) عبارة، وأعطيت الإستجابات (تعرف، لاتعرف) درجات (١، صفر). وتم حساب الدرجة الكلية لتعبر عن المستوى المعرفي للمرأة الريفية بالممارسات الغذائية السليمة وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هي: معرفة منخفضة (صفر-١٧ درجة)، معرفة متوسطة (١٨-٣٥)، معرفة مرتفعة (٣٦-٤٥ درجة).
- ١٧- المستوى التطبيقي للمرأة الريفية للممارسات الغذائية السليمة: وهي عبارة عن الدرجة الكلية لخمس بنود هي:
- أ- دراسة المستوى التطبيقي للمبحوثات للاحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مدى قيامها بمجموعة من الأنشطة وذلك على مقياس مكون من (١٢) عبارة، وأعطيت الإستجابات (تطبيق، لاتطبيق) درجات (١، صفر)
- ب- دراسة المستوى التطبيقي للريفيات المبحوثات للممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مدى قيامها بمجموعة من الأنشطة وذلك على مقياس مكون من (١٤) عبارة، وأعطيت الإستجابات (تطبيق، لاتطبيق) الدرجات التالية (١، صفر)
- ج- دراسة المستوى التطبيقي للريفيات المبحوثات للممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مدى قيامها بمجموعة من الأنشطة وذلك على مقياس مكون من (٧) عبارات، وأعطيت الإستجابات (تطبيق، لاتطبيق) درجات (١، صفر)
- د- دراسة المستوى التطبيقي للريفيات المبحوثات للممارسات السليمة في تخزين الغذاء: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مدى قيامها بمجموعة من الأنشطة وذلك على مقياس مكون من (٦) عبارات، وأعطيت الإستجابات (تطبيق، لاتطبيق) درجات (١، صفر) على الترتيب.
- هـ - دراسة المستوى التطبيقي للريفيات المبحوثات للممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث: وتم قياسه بسؤال المبحوثة عن مدى قيامها بمجموعة من الأنشطة وذلك على مقياس مكون من (١٥) عبارة، وأعطيت الإستجابات (تطبيق، لاتطبيق) درجات (١، صفر)، وتم حساب الدرجة الكلية لتعبر عن المستوى التطبيقي للمرأة الريفية للممارسات الغذائية السليمة. وتم تقسيم المبحوثات إلى ثلاث فئات هي: تطبيق منخفض (صفر-١٧ درجة)، تطبيق متوسط (١٨-٣٥)، تطبيق مرتفع (٣٦-٤٥ درجة).
- ١٨- الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي: وهي عبارة عن الجهود والخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية السليمة، وتم قياس هذا المتغير بسؤال المبحوث عن مجموعة من الخدمات بلغ عددها (١٦) خدمة ونشاط، وأعطيت درجات (٤، ٣، ٢، ١) لإستجابات (دائما، أحيانا، نادرا، لا)، وتم تقسيم هذا المتغير إلى ثلاث فئات هي: خدمات قليلة (١٦-٣١)، خدمات متوسطة (٣٢-٤٨)، خدمات كثيرة (٤٩-٦٤ درجة).

النتائج ومناقشتها

أولاً: الخصائص الشخصية للمرأة الريفية: أوضحت النتائج الواردة بالجدول رقم (١) مايلي:

١- السن : أوضحت النتائج أن ٢٧.٣% من المبحوثات كانت أعمارهن أقل من ٣٥ سنة، و ٤٩.٤% أعمارهن من ٣٥ أقل من ٥٠ سنة، و ٢٣.٣% أعمارهن ٥٠ سنة فأكثر، أى أن الغالبية العظمى من المبحوثات كانت

- أعمارهن متوسطة وكبيرة وهذه هي الفئات التي تكون أقل استعداد لتبني الأفكار المستحدثة من الفئات الأخرى.
- ٢- الحالة التعليمية للمبحوث (عدد سنوات التعليم): أوضحت النتائج أن ٢٥.٣% من المبحوثات كن أميات، و ٥٠.٠% منهن تعليمهن أقل من المتوسط، و ٢٤.٧% تعليمهن متوسط وعالي، أى أن غالبية المبحوثات تعليمهن أقل من المتوسط ومتوسط أو أعلى وهذه الفئات تكون أكثر استعداد لتبني الأفكار المستحدثة من الفئات الأخرى
- ٣- الدخل : أوضحت النتائج أن ٤٦.٧% من المبحوثات كان دخل الأسرة لهن منخفض، و ٢٧.٣% دخلهن متوسط، و ٢٦.٠% دخلهن مرتفع، أى غالبية المبحوثات كان دخل أسرهن منخفض وهذا يعنى إنخفاض القدرة على تبني الأفكار المستحدثة.
- ٤- حجم الأسرة المعيشية: أوضحت النتائج أن ١٤.٧% من المبحوثات كن يعشن فى أسر صغيرة، و ٧٧.٣% يعشن فى أسر متوسطة، و ٨.٠% يعشن فى أسر كبيرة، أى أن أكثر من نصف المبحوثات كن يعشن فى أسر متوسطة، وهذا يعنى انخفاض قدرتهن على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة.
- ٥- المشاركة فى صنع واتخاذ القرارات الأسرية: أوضحت النتائج أن ٢٨.٠% من المبحوثات مشاركتهن فى صنع وإتخاذ القرارات الأسرية منخفضة، و ٣٤.٥% مشاركتهن متوسطة، و ٣٧.٥% مشاركتهن مرتفعة. أى أن غالبية المبحوثات يشاركن فى صنع واتخاذ القرارات الأسرية وقد يرجع ذلك لتعدد أدوار المرأة الريفية داخل الأسرة.
- ٦- المساهمة فى الأنشطة المولدة للدخل: أوضحت النتائج أن ٣٣.٣% من المبحوثات مساهمتهن فى الأنشطة المولدة للدخل منخفضة، و ٤٢.٠% مساهمتهن متوسطة، و ٢٤.٧% مساهمتهن مرتفعة. أى أن غالبية المبحوثات الريفيات مساهمتهن فى الأنشطة المولدة للدخل متوسطة، ويدل ذلك على دور المرأة الريفية داخل الأسرة.
- ٧- ملكية الأصول الإنتاجية: أوضحت النتائج أن ٢٩.٥% من المبحوثات ملكيتهن من الأصول الإنتاجية منخفضة، و ٣٣.٧% ملكيتهن متوسطة، و ٣٦.٨% ملكيتهن مرتفعة، أى أن غالبية المبحوثات الريفيات ملكيتهن من الأصول الإنتاجية مرتفعة ومتوسطة
- ٨- ملكية الأصول غير الإنتاجية: أوضحت النتائج أن ٢٨.٨% من المبحوثات ملكيتهن من الأصول غير الإنتاجية منخفضة، و ٥١.٦% ملكيتهن متوسطة، و ١٩.٦% ملكيتهن مرتفعة، أى أن غالبية المبحوثات الريفيات ملكيتهن من الأصول غير الإنتاجية متوسطة.
- ٩- الضغط النفسى: أوضحت النتائج أن ٢٥.٠% من المبحوثات يتعرضن لضغط نفسى منخفض، و ٣٥% يتعرضن لضغط متوسط، و ٤٠% يتعرضن لضغط مرتفع، أى أن غالبية المبحوثات الريفيات يتعرضن لضغط نفسى متوسط ومرتفع، وقد يرجع ذلك أيضا إلى تعدد أدوار المرأة الريفية داخل الأسرة.
- ١٠- المشاركة الاجتماعية غير الرسمية: أوضحت النتائج أن ١٢% من المبحوثات مشاركتهن الاجتماعية غير الرسمية منخفضة، و ٢٩.٣% مشاركتهن متوسطة، و ٥٨.٧% مشاركتهن مرتفعة. أى أن غالبية المبحوثات الريفيات مشاركتهن الاجتماعية غير الرسمية مرتفعة، مما يعنى زيادة فرص المرأة فى الحصول على مزيد من المعلومات والمهارات مما يساعدها على القيام دورها الفعال داخل الأسرة والمجتمع.
- ١١- المشاركة الاجتماعية الرسمية: أوضحت النتائج أن ٥٠.٦% من المبحوثات مشاركتهن الاجتماعية الرسمية منخفضة، و ٢٦.٧% مشاركتهن متوسطة، و ٢٢.٧% مشاركتهن مرتفعة. أى أن غالبية المبحوثات الريفيات مشاركتهن الاجتماعية غير الرسمية منخفضة.
- ١٢- الإنفتاح الجغرافى: أوضحت النتائج أن ١٢.٠% من المبحوثات إنفتاحهن الجغرافى منخفض، و ٤٠.٧% إنفتاحهن متوسط، و ٤٧.٣% إنفتاحهن مرتفع، أى أن غالبية المبحوثات الريفيات إنفتاحهن الجغرافى متوسط ومرتفع وهذا يعطيهن الفرصة لتبادل الخبرات وزيادة المعارف والمهارات الجيدة.
- ١٣- الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية: أوضحت النتائج أن ٣٤.٧% من المبحوثات كان إتجاههن نحو برامج التنمية البشرية ضعيف، و ٣٧.٥% منهن إتجاههن متوسط، و ٢٨% إتجاههن قوى، أى أن الغالبية العظمى من المبحوثات كان إتجاههن نحو برامج التنمية البشرية مابين ضعيف ومتوسط، مما يعنى عدم إهتمامهن بهذه البرامج وضعف إقبالهن عليها.
- ١٤- الميل الإذخارى: أوضحت النتائج أن ٣٤.٧% من المبحوثات كان ميلهن الإذخارى ضعيف، و ٤٢.٠% ميلهن متوسط، و ٢٣.٥% ميلهن قوى، أى أن الغالبية العظمى من المبحوثات كان ميلهن الإذخارى مابين ضعيف ومتوسط وقد يرجع ذلك لإنخفاض الدخل للأسر الريفية.

١٥- **التعرض الإعلامي (التعرض لمصدر المعلومات):** أوضحت النتائج أن ٢٤.٧% من المبحوثات كان تعرضهن لمصادر المعلومات منخفض، و ٢٦.٠% تعرضهن متوسط، و ٤٩.٣% تعرضهن قوى، أى أن الغالبية العظمى من المبحوثات كان تعرضهن لمصادر المعلومات مابين متوسط وقوى مما يعنى زيادة فرصهن فى زيادة حصيلة المراف والمهارات من خلال التعرض لهذه المصادر.

جدول رقم (١) التوزيع العددي والنسبي للمبحوثات وفقاً للخصائص المميزة لهن

المتغيرات	عدد	%	المتغيرات	عدد	%
١- السن			٩- الضغط النفسي		
صغار السن (أقل من ٣٥ سنة)	55	27.3	منخفض (٧-١١) درجة	25	50
متوسطي السن (٣٥-٥٠ سنة)	99	49.4	متوسط (١٢-١٥) درجة	35	70
كبار السن (٥٠ سنة فأكثر)	47	23.3	مرتفع (١٦-٢١) درجة	40	80
٢- مستوى التعليم (عدد سنوات التعليم)			١٠- المشاركة الاجتماعية غير الرسمية		
أمية (عدد سنوات التعليم = صفر)	51	25.3	منخفضة (١٢-٢٣) درجة	12	24
تعليم أقل من متوسط (عدد سنوات التعليم أقل من ١٢ سنة)	100	50	متوسطة (٢٤-٣٦) درجة	29.3	59
متوسط وعالي (عدد سنوات التعليم ١٢ سنة فأكثر)	49	24.7	مرتفعة (٣٧-٤٨) درجة	58.7	117
٣- الدخل الشهري للأسرة			١١- المشاركة الاجتماعية الرسمية		
دخل منخفض (أقل من ١٠٠٠ جنيه)	93	46.7	منخفضة (٧-١٣) درجة	50.6	101
متوسط (١٠٠٠-٢٠٠٠ جنيه)	55	27.3	متوسطة (١٤-٢١) درجة	26.7	53
مرتفع (أكثر من ٢٠٠٠ جنيه)	52	26	مرتفعة (٢٢-٢٨) درجة	22.7	45
٤- حجم الأسرة المعيشية			١٢- الانفتاح الجغرافي		
أسرة صغيرة (أقل من ٥ أفراد)	29	14.7	منخفض (١١-٢١) درجة	12	24
أسرة متوسطة (٥-٧ أفراد)	155	77.3	متوسط (٢٢-٣٣) درجة	40.7	81
أسرة كبيرة (أكثر من ٧ أفراد)	16	8	مرتفع (٣٤-٤٤) درجة	47.3	95
٥- المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية			١٣- الاتجاه نحو برامج التنمية البشرية		
منخفضة (١-١١) درجة	56	28	منخفض (١٠-١٦) درجة	34.5	69
متوسطة (١٢-١٨) درجة	69	34.5	متوسط (١٧-٢٣) درجة	37.5	75
مرتفعة (١٩-٢٤) درجة	75	37.5	مرتفع (٢٤-٣٠) درجة	28	56
٦- المساهمة في الأنشطة المولدة للدخل			١٤- الميل الإداري		
منخفضة (١-٨) درجة	67	33.3	منخفض (٩-١٤) درجة	34.7	69
متوسطة (٩-١٦) درجة	84	42	متوسط (١٥-٢١) درجة	42	84
مرتفعة (١٦-٢٥) درجة	49	24.7	مرتفع (٢٢-٢٧) درجة	23.5	47
٧- ملكية الأصول الإنتاجية			١٥- التعرض لمصادر المعلومات		
منخفضة (أقل من ٤٠٠ ألف جنيه)	59	29.5	منخفض (٨-١٥) درجة	24.7	49
متوسطة (٤٠٠-٦٠٠ ألف جنيه)	67	33.7	متوسط (١٦-٢٤) درجة	26	52
مرتفعة (أكثر من ٦٠٠ ألف جنيه)	74	36.8	مرتفع (٢٥-٣٢) درجة	49.3	99
٨- ملكية الأصول غير الإنتاجية					
منخفضة (أقل من ٦٠٠٠ جنيه)	58	28.8			
متوسطة (٦٠٠٠-٨٠٠٠ جنيه)	103	51.6			
مرتفعة (أكثر من ٨٠٠٠ جنيه)	39	19.6			

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٤.

ثانياً: المستوى المعرفي للريفات للمبحوثات بالممارسات الغذائية السليمة:

أوضحت نتائج جدول (٢) أن المستويات المعرفية بكل مكون من مكونات المعرفة بالممارسات الغذائية السليمة هي:

- ١- المستوى المعرفي للريفات للمبحوثات بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة: أوضحت النتائج أن ٨٣.٠% من المبحوثات كانت معرفتهن منخفضة، و ١١.٠% كانت معرفتهن متوسطة، و ٦.٠% كانت معرفتهن مرتفعة، أي أن الغالبية العظمى من الريفات كان مستوى معرفتهن بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة منخفض، وهذا ينعكس في عدم حصول أفراد الأسرة على إحتياجاتهم الغذائية الأساسية بدرجة كافية.
- ٢- المستوى المعرفي للريفات للمبحوثات بالممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء: أوضحت النتائج أن ٦.٥% من المبحوثات كانت معرفتهن منخفضة، و ٤٤% منهن كانت معرفتهن متوسطة، و ٤٩.٥% كانت معرفتهن مرتفعة، أي أن الغالبية العظمى من الريفات كان مستوى معرفتهن بالممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء متوسط ومرتفع.
- ٣- المستوى المعرفي للريفات للمبحوثات بالممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء: أوضحت النتائج أن ١٣.٥% من المبحوثات كانت معرفتهن منخفضة، و ٤٣.٥% كانت معرفتهن متوسطة، و ٤٢.٥% كانت معرفتهن مرتفعة، أي أن الغالبية العظمى من الريفات كان مستوى معرفتهن بالممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء متوسط ومرتفع.
- ٤- المستوى المعرفي للريفات للمبحوثات بالممارسات السليمة في تخزين الغذاء: أوضحت النتائج أن ١٢.٠% من المبحوثات كانت معرفتهن منخفضة، و ٥١.٠% منهن كانت معرفتهن متوسطة، و ٣٧.٠%

كانت معرفتهن مرتفعة، أى أن الغالبية العظمى من الريفيات كان مستوى معرفتهن بالممارسات السليمة فى تخزين الغذاء متوسط ومرتفع.

٥- المستوى المعرفى للريفيات المبحوثات بالممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث: أوضحت النتائج أن ١٩% من المبحوثات كانت معرفتهن منخفضة، و٥٣% منهن كانت معرفتهن متوسطة، و٢٨% كانت معرفتهن مرتفعة، أى أن الغالبية العظمى من الريفيات كان مستوى معرفتهن بالممارسات للحفاظ على الغذاء من التلوث متوسط ومرتفع.

٦- المستوى المعرفى الكلى للريفيات المبحوثات بالممارسات الغذائية السليمة: أوضحت النتائج أن ١٠.٠% من المبحوثات كانت معرفتهن بالممارسات الغذائية السليمة منخفضة، و٤٠.٠% منهن كانت معرفتهن متوسطة، و٥٠.٠% كانت معرفتهن مرتفعة، أى أن غالبية الريفيات كان مستوى معرفتهن متوسط ومرتفع. وبناء على نتائج الجدول السابق: يمكن ترتيب مكونات المستويات بالممارسات الغذائية السليمة تصاعدياً حسب مستويات المعرفة المرتفعة كما يلى: المعرفة بالممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء، ثم المعرفة بالممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام، ثم الممارسات السليمة فى تخزين الغذاء، ثم الممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم المعرفة بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة، وبناء على ذلك لرفع درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة يجب زيادة التركيز على الجوانب التى تتميز بانخفاض المستوى المعرفى بها أى يجب التركيز على التوصيات الخاصة بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى تخزين الغذاء ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام. ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى شراء وتداول الطعام.

جدول رقم (٢): التوزيع العددي والنسبي للريفيات للمبحوثات حسب المستوى المعرفى بالممارسات الغذائية السليمة.

المستويات المعرفية	العدد	%
١- بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة		
معرفة منخفضة (صفر-٤ درجات)	166	83.0
معرفة متوسطة (٥-٨ درجات)	22	11.0
معرفة مرتفعة (٩-١٢ درجة)	12	6.0
٢- بالممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء		
معرفة منخفضة (صفر-٥ درجات)	13	6.5
معرفة متوسطة (٦-١٠ درجات)	88	44.0
معرفة مرتفعة (١١-١٤ درجة)	99	49.5
٣- بالممارسات السليمة فى إعداد وطهى الغذاء		
معرفة منخفضة (صفر-٢ درجات)	27	13.5
معرفة متوسطة (٣-٥ درجات)	87	43.5
معرفة مرتفعة (٦-٧ درجات)	85	42.5
٤- بالممارسات السليمة فى تخزين الغذاء		
معرفة منخفضة (صفر-٢ درجة)	24	12.0
معرفة متوسطة (٣-٤ درجات)	102	51.0
معرفة مرتفعة (٥-٦ درجات)	74	37.0
٥- بالممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث		
معرفة منخفضة (صفر-٥ درجات)	38	19.0
معرفة متوسطة (٦-١٠ درجات)	106	53.0
معرفة مرتفعة (١١-١٥ درجة)	56	28.0
٦- المستوى المعرفى الكلى بالممارسات الغذائية السليمة		
معرفة منخفضة (صفر-١٧ درجة)	20	10.0
معرفة متوسطة (١٨-٣٥ درجة)	80	40.0
معرفة مرتفعة (٣٦-٥٤ درجة)	100	50.0
إجمالى المبحوثين	٢٠٠	١٠٠.٠

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية فى محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٤.

العوامل المرتبطة بدرجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة:

بدراسة العلاقة الارتباطية بين درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة وبين المتغيرات

المستقلة المدروسة: أو وضحت النتائج الواردة بجدول ٣ ما يلى:

١- السن: أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية معنوية عكسية مع السن بلغت (-٠.٣٥٠) وتعنى العلاقة العكسية أنه كلما قل السن زاد البحث عن المعارف والممارسات الجديدة والتى يكون من بينها الممارسات الغذائية السليمة

- ٢- **الحالة التعليمية (عدد سنوات التعليم):** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية مع عدد سنوات التعليم بلغت (٠.٢٣٢)، ويمكن تفسير ذلك بأن الشخص المتعلم لديه قابلية للإستزادة من المعارف والمعلومات فهو أسرع في الفهم والإستيعاب وأسرع في قبول التغيير والبحث عن كل ما هو جديد يمكن أن يحسن من مستوى أدائه ويزيد من إنتاجيته، وأيضا الشخص المتعلم يكون أكثر وعيا بأهمية الأفكار والتوصيات الحديثة
- ٣- **الدخل:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية مع الدخل بلغت نحو (٠.١٩٣)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الدخل تشجع المرأة على الإهتمام بالنواحي الغذائية حيث ترتبط زيادة الدخل بزيادة القدرة الشرائية.
- ٤- **حجم الأسرة المعيشية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية مع حجم الأسرة بلغت نحو (٠.٤٠٥)، ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما زاد حجم الأسرة فإن ذلك يزيد من إقبال المرأة باعتبارها ربة المنزل على زيادة الإهتمام بالنواحي الأسرية والتي من أهمها التوصيات المتعلقة بالممارسات الغذائية السليمة .
- ٥- **المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٤٤٦)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة عدد سنوات الخبرة تؤدي إلى تراكم قدر كبير من المعارف حيث تعتمد الممارسات الغذائية السليمة على أساليب يمكن تعلمها وإكتسابها بالخبرات المتتالية.
- ٦- **المساهمة في الأنشطة المولدة للدخل:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت (٠.٢٥٨)، وقد يرجع ذلك إلى أن المرأة التي تساهم في الأنشطة المولدة للدخل تكون لديها الدافعية للتطوير والنهوض بأحوال الأسرة الإجتماعية منها والاقتصادية والثقافية وغيرها..
- ٧- **ملكية الأصول الإنتاجية:** تبين عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة وملكية الأصول الإنتاجية حيث بلغت نحو (٠.١١٧).
- ٨- **ملكية الأصول غير الإنتاجية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٣٢٧)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة ملكية الأصول غير الإنتاجية والتي تضم معظم الأجهزة المنزلية التي تساعد المرأة على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة ما يدفعها إلى البحث عن مزيد من المعارف والمعلومات عن الممارسات الغذائية السليمة
- ٩- **الضغط النفسي:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية عكسية بلغت نحو (٠.٣٢٠)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الضغط على المرأة نتيجة زيادة الأعباء يقلل من رغبتها في البحث عن المعارف والممارسات الجديدة وتقل رغبتها في النهوض بأحوال الأسرة.
- ١٠- **المشاركة الإجتماعية الرسمية:** تبين عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة معرفة الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة والمشاركة الإجتماعية الرسمية حيث بلغت نحو (٠.١٢٨)، وقد يرجع ذلك إلى انخفاض المشاركة الإجتماعية الرسمية للمرأة الريفية.
- ١١- **المشاركة الإجتماعية غير الرسمية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٧٥٣)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة المشاركة الإجتماعية غير الرسمية تساعد الفرد في الحصول على المزيد من المعلومات نتيجة الإحتكاك والتعامل مع النساء الأخريات مما يساعد على تبادل المعارف والخبرات.
- ١٢- **الإنفتاح الجغرافي:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٢٧١)، ويمكن تفسير ذلك بأن إنفتاح المرأة على العالم الخارجي يتيح لها فرصة التعرف على الكثير من الخبرات والأفكار والأساليب الجديدة كما يتيح لها فرصة الإستزادة المعرفية وزيادة الوعي بالممارسات الغذائية السليمة..
- ١٣- **الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٢٠٤)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الإتجاه الإيجابي نحو برامج التنمية البشرية تعنى زيادة الإستعداد لدى المرأة والرغبة للبحث عن كل ما هو جديد للنهوض بأفراد الأسرة حيث يكون لديها طموح لتحسين معيشته.
- ١٤- **الميل الإدخاري:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٢٤٩)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الإتجاه الإيجابي نحو الإدخار يعنى أن المرأة طموحة ولديها الرغبة في تحسن أحوال الأسرة.
- ١٥- **التعرض لمصادر المعلومات الزراعية:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٤٨٦)، ويمكن تفسير ذلك بأن النساء اللاتي يتعرضن لمصادر المعلومات هن في الغالب من النساء الباحثين عن المعرفة والراغبين في التجديد لذلك فهم يتعرضون بصورة متكررة لمصادر المعلومات المختلفة وهذا التعرض المتكرر يساعد على التثبيت المعرفي للمعارف والمعلومات التي يتلقاها النساء تنفيذاً لمبدأ التكرار الذي يعتبر أحد مبادئ التعلم الهامة.
- ١٦- **الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي:** تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.١٩١)، أي أنه كلما زادت الخدمات والأنشطة التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال التغذية السليمة زادت معارف ومهارات المرأة عن هذه الممارسات.

وبناء على النتائج السابقة يمكن رفض الفرض الإحصائي الأول وقبول الفرض البديل الأول القائل بوجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة معرفة المرأة بالممارسات الغذائية السليمة وبين كل من (السن، وعدد سنوات التعليم، والدخل، وحجم الأسرة المعيشية، المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية، المساهمة في الأنشطة المولدة لدخل، ملكية الأصول غير الإنتاجية، الضغط النفسي، المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، الإنفتاح الجغرافي، الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية، الميل الإذخاري، التعرض الإعلامي) (التعرض لمصادر المعلومات)، الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي).

ولا يمكن رفض الفرض الإحصائي الأول القائل بوجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة معرفة المرأة بالممارسات الغذائية السليمة وبين كل من (ملكية الأصول الإنتاجية، المشاركة الاجتماعية الرسمية)

جدول (٣) نتائج اختبار العلاقة الارتباطية بين درجة معرفة الرفيات بالممارسات الغذائية السليمة والمتغيرات المستقلة.

المتغيرات المستقلة	المعرفة
١ - السن	**٠.٣٥٠
٢ - الحالة التعليمية للمبحوث (عدد سنوات التعليم):	**٠.٢٣٢
٣ - الدخل	*٠.١٩٣
٤ - حجم الأسرة المعيشية	**٠.٤٠٥
٥ - المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية	**٠.٤٤٦
٦ - المساهمة في الأنشطة المولدة للدخل	**٠.٢٥٨
٧ - ملكية الأصول الإنتاجية	٠.١١٧
٨ - ملكية الأصول غير الإنتاجية	**٠.٣٢٧
٩ - الضغط النفسي	**٠.٣٢٠
١٠ - المشاركة الاجتماعية الرسمية	٠.١٢٨
١١ - المشاركة الاجتماعية غير الرسمية	**٠.٧٥٣
١٢ - الإنفتاح الجغرافي	**٠.٢٧١
١٣ - الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية	**٠.٢٠٤
١٤ - الميل الإذخاري	**٠.٢٤٩
١٥ - التعرض الإعلامي (التعرض لمصادر المعلومات)	**٠.٤٨٦
١٦ - الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي	*٠.١٩١

** معنوي عند مستوى معنوية (٠.٠١) * معنوي عند مستوى معنوية (٠.٠٥)
المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة النجفيلية، عام ٢٠١٤.

الإسهام النسبي للمتغيرات المستقلة المدروسة ذات العلاقة الإرتباطية في تفسير التباين في معارف الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة:

أوضحت نتائج التحليل الإرتباطي و التحليل الإندجاري المتعدد المتدرج الصاعد (Step-Wise Regression Analysis) الواردة بجدول ٤ أن سبعة متغيرات فقط أسهمت معنويًا في تفسير التباين الكلي في معارف الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة وهي على الترتيب: عدد سنوات التعليم بنسبة إسهام ٤٢.٤%، والدخل بنسبة ١٢.٣%، وحجم الأسرة المعيشية بنسبة ٩.١%، والمشاركة في صنع وإتخاذ القرارات الأسرية بنسبة ٤.٥%، الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية ٢.٥%، والميل الإذخاري بنسبة ٢.٦%، ودرجة التعرض لمصادر المعلومات بنسبة ٢.٨%. وهذه المتغيرات الخمسة معا تفسر حوالي ٧٦.٢% من التباين الكلي، وبلغت قيمة "ف" المحسوبة ٧٨.٠١٣ وهي معنوية إحصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يعنى معنوية النموذج ككل .

جدول ٤. نتائج التحليل الإرتباطي والإندجاري المتعدد المتدرج الصاعد لعلاقة المتغيرات المستقلة المدروسة بدرجة معارف الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة

المتغيرات المستقلة	معامل الإرتباط المتعدد r	% التراكمية للتباين المفسر للمتغير التابع R2	% للتباين المفسر للمتغير التابع	معامل الإندجار الجزئي B	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى المعنوية	معامل الإندجار الجزئي المعياري b
عدد سنوات التعليم	٠.٦٥١	٠.٤٢٤	٠.٤٢٤	٠.٧٥٣	**٤٩.٩٠٩	٠.٠٠٠	٠.٣٢٧
لدخل	٠.٧٤٠	٠.٥٤٧	٠.١٢٣	٠.٥٤٥	**٥.٤٤٦	٠.٠٠٠	٠.٣٣٣
حجم الأسرة المعيشية	٠.٧٩٩	٠.٦٣٨	٠.٠٩١	٠.٣٥٦	**٥.٩١٦	٠.٠٠٠	٠.٣١٠
لمشاركة في صنع وإتخاذ القرارات الاسرية	٠.٨٢٦	٠.٦٨٣	٠.٠٤٥	٠.٥٠٧	**٣.٧٤٧	٠.٠٠٠	٠.٢٣٠
إلتجاه نحو برامج التنمية البشرية	٠.٨٩٣	٠.٧٠٨	٠.٠٢٥	٠.٤٠٨	**٣.٥١٠	٠.٠٠٠	٠.٤٧
لميل الإذخاري	٠.٩١١	٠.٧٣٤	٠.٠٢٦	٠.٣٩٩	**٤.٠١	٠.٠٠٠	٠.٥٣
درجة التعرض لمصادر المعلومات	٠.٨٣٨	٠.٧٦٢	٠.٠٢٨	٠.٠٠١	**٢.٧٢٣	٠.٠٠٧	٠.١٦١
معامل التحديد = ٠.٧٦٢							
ف المحسوبة = ٧٨.٠١٣							

** معنوي عند مستوى (٠.٠١) * معنوي عند مستوى (٠.٠٥)
المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٤.

ثالثاً: المستوى التطبيقي للريفيات للمبحوثات للممارسات الغذائية السليمة:

أوضحت نتائج جدول رقم (٥) أن المستويات التطبيقية بكل مكون من مكونات تطبيق الممارسات الغذائية السليمة هي:

- ١- المستوى التطبيقي للريفيات للمبحوثات للإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة: أوضحت النتائج أن ٧٩.٠% من المبحوثات كان تطبيقهن منخفض، و ١٤.٥% كان تطبيقهن متوسط، و ٦.٥% كان تطبيقهن مرتفع، أي أن الغالبية العظمى من الريفيات كان مستوى تطبيقهن للإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة منخفض، وهذا ينعكس في عدم حصول أفراد الأسرة على إحتياجاتهم الغذائية الأساسية بدرجة كافية.
- ٢- المستوى التطبيقي للريفيات للمبحوثات للممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء: أوضحت النتائج أن ٢٠.٥% من المبحوثات كان تطبيقهن منخفض، ٣٣% منهن كان تطبيقهن متوسط، و ٤٦.٥% كان تطبيقهن مرتفع، أي أن غالبية الريفيات كان مستوى تطبيقهن للممارسات السليمة في شراء وتداول الغذاء متوسط ومرتفع.
- ٣- المستوى التطبيقي للريفيات للممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء: أوضحت النتائج أن ٧.٥% من المبحوثات كان تطبيقهن منخفض، و ٤٣.٥% تطبيقهن متوسط، و ٤٩.٠% تطبيقهن مرتفع، أي أن غالبية الريفيات كان مستوى تطبيقهن للممارسات السليمة في إعداد وطهي الغذاء متوسط ومرتفع.
- ٤- المستوى التطبيقي للريفيات للمبحوثات للممارسات السليمة في تخزين الغذاء: أوضحت النتائج أن ١٠.٥% من المبحوثات كان تطبيقهن منخفض، و ٤٩.٥% منهن كان تطبيقهن متوسط، و ٤٠.٠% كان تطبيقهن مرتفع، أي أن غالبية المبحوثات كان مستوى تطبيقهن متوسط ومرتفع.
- ٥- المستوى التطبيقي للريفيات للممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث: أوضحت النتائج أن ١٦.٥% من المبحوثات كان تطبيقهن منخفض، و ٥٧.٥% منهن كان تطبيقهن متوسط، و ٢٦.٠% كان

تطبيقهم مرتفع، أى أن الغالبية العظمى من الريفيات كان مستوى تطبيقهن للممارسات للحفاظ على الغذاء من التلوث متوسط ومرتفع.

٦- المستوى التطبيقي الكلى للريفيات المبحوثات للممارسات الغذائية السليمة: أوضحت النتائج أن ٣٦.٥% من المبحوثات كان تطبيقهن للممارسات الغذائية السليمة منخفض، و ٤٥.٥% منهن كان تطبيقهن متوسط، و ١٨.٠% كان تطبيقهن مرتفع، أى أن غالبية الريفيات كان مستوى تطبيقهن للممارسات الغذائية السليمة منخفض ومتوسط، وهذا يتطلب بذل مزيد من الجهد لرفع المستوى المعرفى والمهارى للمرأة الريفية لزيادة قدرتها على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة بصورة أكثر فاعلية.

جدول رقم (٥): التوزيع العددي والنسبي للريفيات للمبحوثات حسب المستوى التطبيقي للممارسات الغذائية السليمة.

المستويات التطبيقية	العدد	%
١- للإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة		
تطبيق منخفض (صفر-٤ درجات)	158	79.0
تطبيق متوسط (٨.٥ درجات)	29	14.5
تطبيق مرتفع (٩-١٢ درجة)	13	6.5
٢- للممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء		
تطبيق منخفض (صفر-٥ درجات)	41	20.5
تطبيق متوسط (٦-١٠ درجات)	66	33.0
تطبيق مرتفع (١١-١٤ درجة)	93	46.5
٣- للممارسات السليمة فى إعداد وطهى الغذاء		
تطبيق منخفض (صفر-٢ درجات)	15	7.5
تطبيق متوسط (٣-٥ درجات)	87	43.5
تطبيق مرتفع (٦-٧ درجات)	98	49.0
٤- لممارسات السليمة فى تخزين الغذاء		
تطبيق منخفض (صفر-٢ درجة)	21	10.5
تطبيق متوسط (٣-٤ درجات)	99	49.5
تطبيق مرتفع (٥-٦ درجات)	80	40.0
٥- للممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث		
تطبيق منخفض (صفر-٥ درجات)	33	16.5
تطبيق متوسط (٦٣-١٠ درجات)	115	57.5
تطبيق مرتفع (١١-١٥ درجة)	52	26
٦- المستوى التطبيقي الكلى للممارسات الغذائية السليمة		
تطبيق منخفض (صفر-١٧ درجة)	73	36.5
تطبيق متوسط (١٨-٣٥ درجة)	91	45.5
تطبيق مرتفع (٣٦-٥٤ درجة)	36	18.0
إجمالي المبحوثين	٢٠٠	100

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات الدراسة الميدانية فى محافظة البقالية، عام ٢٠١٤.

وبناء على نتائج الجدول السابق: يمكن ترتيب مكونات المستويات التطبيقية لكل مكون من مكونات الممارسات الغذائية السليمة تصاعدياً حسب مستويات التطبيق المرتفعة كما يلى: تطبيق الممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام، ثم تطبيق الممارسات السليمة فى شراء وتداول الغذاء، ثم الممارسات السليمة فى تخزين الغذاء، ثم الممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم تطبيق الإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة، وبناء على ذلك لرفع درجة تطبيق الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة يجب زيادة التركيز على الجوانب التى تتميز بانخفاض المستوى المهارى والتطبيقي بها أى يجب التركيز على التوصيات الخاصة بالإحتياجات الغذائية الأساسية لأفراد الأسرة ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة للحفاظ على الغذاء من التلوث، ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى تخزين الغذاء ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى إعداد وطهى الطعام ثم التوصيات الخاصة بالممارسات السليمة فى شراء وتداول الطعام.

العوامل المرتبطة بدرجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة:

بدراسة العلاقة الارتباطية بين درجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة وبين المتغيرات المستقلة المدروسة: أو وضحت النتائج الواردة بجدول ٦ ما يلى:

- ١- السن: أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية معنوية عكسية مع السن حيث بلغت (-٠.٣٥٥) وتعنى العلاقة العكسية أنه كلما قل السن زاد البحث عن المعارف والممارسات الجديدة والرغبة فى تطبيقها.
- ٢- الحالة التعليمية (عدد سنوات التعليم): تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية مع عدد سنوات التعليم بلغت (٠.٢٩٨)، ويمكن تفسير ذلك بأن الشخص المتعلم لديه قابلية للإستزادة من المعارف والمعلومات فهو أسرع فى الفهم والإستيعاب وأسرع فى قبول التغيير والبحث عن كل ما هو جديد يمكن أن يحسن من مستوى أدائه ويزيد من إنتاجيته، وأيضاً الشخص المتعلم يكون أكثر قدرة على التطبيق وأسرع فى التبنى.
- ٣- الدخل: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.١٨٨)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الدخل تشجع المرأة على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة وذلك لأن زيادة الدخل تعنى زيادة القدرة الشرائية وبالتالي زيادة القدرة على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة.
- ٤- حجم الأسرة المعيشية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٥٥٦)، ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما زاد حجم الأسرة فإن ذلك يزيد من إقبال المرأة باعتبارها ربة المنزل على تطبيق الممارسات الجديدة والتي من أهمها التوصيات المتعلقة بالممارسات الغذائية السليمة .
- ٥- المشاركة فى صنع واتخاذ القرارات الأسرية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٤٦١)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة عدد سنوات الخبرة تؤدي إلى تراكم قدر كبير من المعارف والمهارات حيث تعتمد الممارسات الغذائية السليمة على أساليب يمكن تعلمها وإكتسابها بالخبرات المتتالية.
- ٦- المساهمة فى الأنشطة المولدة للدخل: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت (٠.٩٣٦)، وقد يرجع ذلك إلى أن المرأة التى تساهم فى الأنشطة المولدة للدخل تكون لديها الدافعية للتطوير والنهوض بأحوال الأسرة الاجتماعية منها والاقتصادية والثقافية وغيرها والقدرة على تطبيق الممارسات التى من شأنها تحقيق ذلك..
- ٧- ملكية الأصول الإنتاجية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٤٩٥)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة ملكية الأصول الإنتاجية تزيد من قدرة المرأة على تطبيق الممارسات والأفكار المستحدثة والتي منها الممارسات الغذائية السليمة لأن زيادة ملكية الأصول الإنتاجية تعنى زيادة القدرة المالية وزيادة الدخل الأسرى.
- ٨- ملكية الأصول غير الإنتاجية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٦١٥)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة ملكية الأصول غير الإنتاجية والتي تضم معظم الأجهزة المنزلية التى تساعد المرأة على تطبيق الممارسات الغذائية السليمة ما يدفعها إلى البحث عن مزيد من المعارف والمعلومات عن الممارسات الغذائية السليمة
- ٩- الضغط النفسى: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية عكسية بلغت نحو (-٠.٤١٩)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الضغط على المرأة نتيجة زيادة الأعباء يقلل من رغبتها فى النهوض بأحوال الأسرة وتقل قدرتها على تطبيق الممارسات الجديدة
- ١٠- المشاركة الاجتماعية الرسمية: تبين عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة وبين المشاركة الاجتماعية الرسمية حيث بلغت نحو (٠.٠٤٠)، وقد يرجع ذلك لانخفاض المشاركة الاجتماعية الرسمية للريفيات.
- ١١- المشاركة الاجتماعية غير الرسمية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٤٦١)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة المشاركة الاجتماعية غير الرسمية تساعد الفرد فى الحصول على المزيد من المعلومات والمهارات نتيجة الإحتكاك والتعامل مع النساء الأخريات مما يساعد على تبادل المعارف والخبرات.
- ١٢- الإنفتاح الجغرافى: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٣١٢)، ويمكن تفسير ذلك بأن انفتاح المرأة على العالم الخارجى يتيح لها فرصة التعرف على الكثير من الخبرات والأفكار والأساليب الجديدة كما يتيح لها فرصة الإستزادة المعرفية وزيادة الوعى بالممارسات الغذائية السليمة وزيادة القدرة على التطبيق.
- ١٣- الإتجاه نحو برامج التنمية البشرية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٨٤٦)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الإتجاه الإيجابى نحو برامج التنمية البشرية تعنى زيادة الإستعداد لدى المرأة والرغبة للبحث عن كل ما هو جديد للنهوض بأفراد الأسرة حيث يكون لديها طموح لتحسين معيشتها وتزداد لديها الرغبة والقدرة على التطبيق لكل ما هو خاص بالتنمية البشرية.

١٤- الميل الإذخاري: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٢٣٠)، ويمكن تفسير ذلك بأن زيادة الاتجاه الإيجابي نحو الإذخار يعني أن المرأة طموحة ولديها الرغبة في تحسن أحوال الأسرة وبالتالي تزداد درجة تطبيقها للممارسات الجديدة.

١٥- التعرض لمصادر المعلومات الزراعية: تبين وجود علاقة ارتباطية معنوية طردية بلغت نحو (٠.٦٩٨)، ويمكن تفسير ذلك بأن النساء اللاتي يتعرضن لمصادر المعلومات هن في الغالب من النساء الباحثين عن المعرفة والراغبين في التجديد لذلك فهم يتعرضون بصورة متكررة لمصادر المعلومات المختلفة وهذا التعرض المتكرر يساعد على التثبيت المعرفي للمعارف والمعلومات التي يتلقاها النساء تنفيذاً لمبدأ التكرار الذي يعتبر أحد مبادئ التعلم الهامة وبالتالي تزداد المهارات التطبيقية لدى المرأة.

١٦- الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي: تبين عدم وجود علاقة ارتباطية معنوية حيث بلغت نحو (٠.١٠٧)، وقد يرجع ذلك إلى ضعف الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال التغذية السليمة.

وبناء على النتائج السابقة يمكن رفض الفرض الإحصائي الثاني وقبول الفرض البديل الثاني القائل بوجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة وبين كل من (السن، وعدد سنوات التعليم، وحجم الأسرة المعيشية، المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية، المساهمة في الأنشطة المولدة لدخل، ملكية الأصول الإنتاجية، ملكية الأصول غير الإنتاجية، الضغط النفسي، المشاركة الاجتماعية غير الرسمية، الإنفتاح الجغرافي، الاتجاه نحو برامج التنمية البشرية، الميل الإذخاري، التعرض الإعلامي (التعرض لمصادر المعلومات)). ولا يمكن رفض الفرض الإحصائي الثاني القائل بوجود علاقة ارتباطية معنوية بين درجة تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة وبين كل من (المشاركة الاجتماعية الرسمية، والخمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي)

جدول (٦) نتائج اختبار العلاقة الارتباطية بين درجة تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة وبين المتغيرات المستقلة

المتغيرات المستقلة	التطبيق
١- السن	**٠.٣٥٥
٢- الحالة التعليمية للمبحوث (عدد سنوات التعليم):	**٠.٢٩٨
٣- الدخل	**٠.١٨٨
٤- حجم الأسرة المعيشية	**٠.٥٥٦
٥- المشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية	**٠.٤٦١
٦- المساهمة في الأنشطة المولدة للدخل	**٠.٩٣٦
٧- ملكية الأصول الإنتاجية	**٠.٤٩٥
٨- ملكية الأصول غير الإنتاجية	**٠.٦١٥
٩- الضغط النفسي	**٠.٤١٦
١٠- المشاركة الاجتماعية الرسمية	٠.٠٤٠
١١- المشاركة الاجتماعية غير الرسمية	**٠.٤٦١
١٢- الإنفتاح الجغرافي	*٠.٣١٢
١٣- الاتجاه نحو برامج التنمية البشرية	**٠.٨٤٦
١٤- الميل الإذخاري	**٠.٢٣٠
١٥- التعرض الإعلامي (التعرض لمصادر المعلومات)	**٠.٦٩٨
١٦- الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي	٠.١٠٧

** معنوي عند مستوى (٠.٠١) * معنوي عند مستوى (٠.٠٥)

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية محافظة القفيلية، عام ٢٠١٣.

الإسهام النسبي للمتغيرات المستقلة المدروسة ذات العلاقة الارتباطية في تفسير التباين في تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة:

أوضحت نتائج التحليل الارتباطي والتحليل الإنحداري المتعدد المتدرج الصاعد (Step-Wise Regression analysis) بجدول ٧ أن ثمانية متغيرات فقط أسهمت معنويًا في تفسير التباين الكلي في تطبيق الريفيات للممارسات الغذائية السليمة وهي على الترتيب: عدد سنوات التعليم بنسبة إسهام ٤٧.٢%، والدخل بنسبة ١١.١%، وحجم الأسرة المعيشية بنسبة ٧.٢%، والمساهمة في الأنشطة المولدة للدخل بنسبة ٤.٠%، والمشاركة في صنع واتخاذ القرارات الأسرية بنسبة ١.٥%، ملكية الأصول غير الإنتاجية بنسبة ١.١%، والاتجاه نحو برامج التنمية البشرية بنسبة ١.١%، ودرجة التعرض لمصادر المعلومات بنسبة ١.٢%. وهذه

المتغيرات الخمسة معا تفسر حوالى ٧٤.٤% من التباين الكلى، وبلغت قيمة "ف" المحسوبة ٥٢.٤٧٨ وهى معنوية إحصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يعنى معنوية النموذج ككل.

جدول ٧. نتائج التحليل الإرتباطى والإتحدارى المتعدد المتدرج الصاعد لعلاقة المتغيرات المستقلة المدروسة بدرجة معارف الريفيات بالممارسات الغذائية السليمة

المتغيرات المستقلة	معامل الإرتباط المتعدد r	% التراكمية للتباين المفسر للمتغير التابع R2	% للتباين المفسر للمتغير التابع	معامل الإتحدار الجزئى B	قيمة "ت" المحسوبة	مستوى المعنوية	معامل الإتحدار الجزئى b
عدد سنوات التعليم	.687	.472	.472	1.503	**4.926	.000	.316
الدخل	.764	.583	.111	.773	**3.574	.001	.228
حجم الأسرة المعيشية	.809	.655	.072	.996	**3.620	.000	.218
المساهمة فى الأنشطة المولدة للدخل	.823	.695	.040	.897	**3.675	0.00	.310
المشاركة فى صنع وإتخاذ القرارات الأسرية	.843	.710	.015	.571	**4.703	.000	.240
ملكية الأصول غير الإنتاجية	.849	.721	.011	.426	**2.678	.009	.167
الاتجاه نحو برامج التنمية البشرية	.855	.732	.011	.002	*2.301	.023	.130
درجة التعرض لمصادر المعلومات	.862	.744	.012	2.627	*2.285	.024	.122
معامل التحديد = ٠.٧٤٤							
ف المحسوبة = ٥٢.٤٧٨**							

** معنوى عند مستوى (٠.٠١) * معنوى عند مستوى (٠.٠٥)
المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية فى محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٣.

رابعاً: أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية:

يوضح جدول رقم (٨) متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية حسب مستوى تطبيق الممارسات الغذائية السليمة، ويتبين من الجدول أن متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية للأسر التى كان تطبيقها لتلك الممارسات منخفض بلغ أقصاه فى مجموعة الحبوب والنشويات حيث بلغ نحو ١١٤.١٣ كجم/يوم بنسبة ٣٥.٠٤% من إجمالى الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية، تليها مجموعة الخضراوات بمتوسط ٨٦.٥٧ كجم/يوم بنسبة ٢٦.٥٨%، تليها مجموعة البروتين الحيوانى بمتوسط ٥٣.٦٩ كجم/يوم بنسبة ١٦.٤٨%، تليها مجموعة السكريات بمتوسط ٣٢.١٣ كجم/يوم بنسبة ٩.٨٦%، تليها مجموعة الفاكهة بمتوسط ١٨.١ كجم/يوم بنسبة ٥.٥٦%، تليها مجموعة الزيوت والدهون بمتوسط ١١.٧١ كجم/يوم بنسبة ٣.٦٠%، تليها مجموعة البقول بمتوسط ٧.٥٤ كجم/يوم بنسبة ٢.٣١%، وأخيراً مجموعة المشروبات بمتوسط ١.٨٥ كجم/يوم بنسبة ٠.٥٧%

بينما كان متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية للأسر التى كان تطبيقها لتلك الممارسات متوسط بلغ أقصاه فى مجموعة الحبوب والنشويات حيث بلغ نحو ١٣٢.٠٨ كجم/يوم بنسبة ٤٣.٤١% من إجمالى الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية، تليها مجموعة الخضراوات بمتوسط ٦٠.٥٧ كجم/يوم بنسبة ١٩.٩١%، تليها مجموعة البروتين الحيوانى بمتوسط ٥٥.١٥ كجم/يوم بنسبة ١٨.١٣%، تليها مجموعة السكريات بمتوسط ٢٤.٤١ كجم/يوم بنسبة ٨.٠٢%، تليها مجموعة الفاكهة بمتوسط ١٦.٣٢ كجم/يوم بنسبة ٥.٣٦%، تليها مجموعة الزيوت والدهون بمتوسط ٩.٤ كجم/يوم بنسبة ٣.٠٩%، تليها مجموعة البقول بمتوسط ٥.٠ كجم/يوم بنسبة ١.٦٤%، وأخيراً مجموعة المشروبات بمتوسط ١.٣١ كجم/يوم بنسبة ٠.٤٣%

بينما كان متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية للأسر التى كان تطبيقها لتلك الممارسات مرتفع بلغ أقصاه فى مجموعة الحبوب والنشويات نحو ١٢٩.٧٩ كجم/يوم بنسبة ٤١.٨٧% من إجمالى الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية، تليها مجموعة الخضراوات بمتوسط ٧٥.١٥ كجم/يوم بنسبة ٢٤.٢٤%، تليها مجموعة الفاكهة بمتوسط ٤٥.٦٧ كجم/يوم بنسبة ١٤.٧٣%، تليها مجموعة البروتين الحيوانى بمتوسط ٢٣.٣ كجم/يوم بنسبة ٧.٥٢%، تليها مجموعة السكريات بمتوسط ٢٣.١٨ كجم/يوم بنسبة ٧.٤٨%، تليها مجموعة الزيوت والدهون بمتوسط ٨.٧٦ كجم/يوم بنسبة ٢.٨٣%، تليها مجموعة البقول بمتوسط ٢.٢٨ كجم/يوم بنسبة ٠.٧٤%، وأخيراً مجموعة المشروبات بمتوسط ١.٨٦ كجم/يوم بنسبة ٠.٦٠%.

ويتضح مما سبق أن الأسر التي نطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع هي أكثر الأسر التي تتبع نظاما غذائيا يقترب بدرجة كبيرة من الهرم الغذائي (أحمد الزبير: ٢٠١٤) والذي يتكون من: مجموعة الخبز والحبوب قاعدة الهرم العريضة، يليها بعد ذلك مجموعة الخضروات، تليها مجموعة الفواكه، وتأتي مجموعة اللحوم والدواجن والأسماك والبقوليات والبيض والمكسرات في الجانب الأيمن للهرم فوق مجموعة الفواكه، وتقع مجموعة الحليب والجبن والألبان بجانب مجموعة اللحوم، وتأتي مجموعة الدهون والزيوت والحلويات في قمة الهرم.

جدول (٨) متوسط نصيب الفرد من الكميات المستهلكة من المجموعات الغذائية حسب مستوى تطبيق الممارسات الغذائية السليمة

مجموعات الغذائية	مستوى التطبيق		تطبيق منخفض		تطبيق متوسط		تطبيق مرتفع	
	متوسط	%	متوسط	%	متوسط	%	متوسط	%
مجموعة الحبوب والنشويات	114.13	35.04	132.08	43.41	129.79	41.87	129.79	41.87
مجموعة البروتين الحيواني	53.69	16.48	55.15	18.13	23.3	7.52	23.3	7.52
مجموعة البقول	7.54	2.31	5	1.64	2.28	0.74	2.28	0.74
مجموعة الخضار	86.57	26.58	60.57	19.91	75.15	24.24	75.15	24.24
مجموعة الفاكهة	18.1	5.56	16.32	5.36	45.67	14.73	45.67	14.73
مجموعة السكريات	32.13	9.86	24.41	8.02	23.18	7.18	23.18	7.18
مجموعة الزيوت والدهون	11.71	3.60	9.4	3.09	8.76	2.83	8.76	2.83
مجموعة المشروبات	1.85	0.57	1.31	0.43	1.86	0.60	1.86	0.60
إجمالي الإستهلاك الغذائي	325.73	100.00	304.24	100.00	309.99	100.00	309.99	100.00

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٣.

خامسا: أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على الأهمية النسبية للإنفاق الإستهلاكي الغذائي الفردي: يوضح الجدول رقم (٩) الأهمية النسبية للإنفاق السنوي الفردي على المجموعات الغذائية من إجمالي الإنفاق السنوي حسب مستوى تطبيق الممارسات الغذائية السليمة، ويتبين من الجدول أن الإنفاق الإستهلاكي الفردي على المجموعات الغذائية للأسر التي نطبقها للممارسات الغذائية السليمة منخفض كان على النحو التالي: احتلت مجموعة الحبوب والنشويات المركز الأول حيث بلغت نسبة الإنفاق عليها نحو ٤٣.٨٦% من نسبة الإنفاق الإستهلاكي الإجمالي على المجموعات الغذائية، تليها مجموعة البروتين الحيواني بنسبة إنفاق ٢٧.٧٢%، ثم مجموعة الزيوت والدهون بنسبة إنفاق ١٢.١٣%، ثم الإنفاق على مجموعة الفاكهة بنسبة ٦.١١%، ثم الإنفاق على مجموعة البقول بنسبة ٤.٧٥%، ثم الإنفاق على مجموعة السكريات بنسبة ٢.٥٠%، ثم الإنفاق على مجموعة الخضار ٢.١١%، وفي المرتبة الأخيرة الإنفاق على مجموعة المشروبات بنسبة ٠.٨٠%.

كما اتضح من نفس الجدول أن الإنفاق الإستهلاكي الغذائي الفردي على المجموعات الغذائية للأسر التي نطبقها للممارسات الغذائية السليمة متوسط كان على النحو التالي: احتلت مجموعة الحبوب والنشويات المركز الأول حيث بلغت نسبة الإنفاق عليها نحو ٤٣.٩٩% من نسبة الإنفاق الإستهلاكي الإجمالي على المجموعات الغذائية، تليها مجموعة البروتين الحيواني بنسبة إنفاق ٢٧.٢٣%، ثم مجموعة الزيوت والدهون بنسبة إنفاق ١١.٩٦%، ثم الإنفاق على مجموعة الفاكهة بنسبة ٦.٦٤%، ثم الإنفاق على مجموعة البقول بنسبة ٤.٦٨%، ثم الإنفاق على مجموعة السكريات بنسبة ٢.٧٩%، ثم الإنفاق على مجموعة الخضار بنسبة ٢.١٧%، وفي المرتبة الأخيرة الإنفاق على مجموعة المشروبات بنسبة ٠.٧٩%.

كما اتضح من نفس الجدول أن الإنفاق الإستهلاكي الفردي على المجموعات الغذائية للأسر التي نطبقها لتلك الممارسات مرتفع كان على النحو التالي: احتلت مجموعة الحبوب والنشويات المركز الأول حيث بلغت نسبة الإنفاق عليها نحو ٤١.٥٨% من نسبة الإنفاق الإستهلاكي الإجمالي على المجموعات الغذائية، تليها مجموعة البروتين الحيواني بنسبة إنفاق ٢٨.٨٣%، ثم مجموعة الزيوت والدهون بنسبة إنفاق ٩.٩٢%، ثم الإنفاق على مجموعة الفاكهة بنسبة ٧.٩٩%، ثم الإنفاق على مجموعة السكريات بنسبة ٤.٤٩%، ثم الإنفاق على مجموعة البقول بنسبة ٣.٤٢%، ثم الإنفاق على مجموعة الخضار ٢.٨٩%، وفي المرتبة الأخيرة الإنفاق على مجموعة المشروبات بنسبة ٠.٨٨%.

وبمقارنة الأهمية النسبية للإنفاق السنوي الفردي على المجموعات الغذائية بالنسبة للأسر التي تطبقها الممارسات الغذائية السليمة منخفض ومتوسط ومرتفع يتضح أن نسبة إنفاق الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة منخفض ومتوسط على مجموعة الحبوب والنشويات ومجموعة الزيوت والدهون ومجموعة البقول أكبر من نسبة إنفاق الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع حيث أن هذه الفئات تعتمد بشكل كبير على الحبوب المألثة وأيضاً لانخفاض سعرها، بينما نجد أن نسبة الإنفاق الاستهلاكي الغذائي للأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع على مجموعات الفاكهة والبروتين الحيواني والزيوت والدهون والمشروبات والحلوى أكبر من نسبة إنفاق الأسر التي تطبقها لتلك الممارسات منخفض ومتوسط وذلك لإرتفاع أسعارهم حيث بزيادة الدخل يزداد الإنفاق على السلع الكمالية.

جدول رقم (٩) الأهمية النسبية للإنفاق الاستهلاكي الغذائي السنوي الفردي على مجموعات الغذاء الرئيسية

مستوى التطبيق	تطبيق منخفض		تطبيق متوسط		تطبيق مرتفع	
	%	متوسط	%	متوسط	%	متوسط
مجموعات الغذائية						
مجموعة الحبوب والنشويات	43.86	874.20	43.99	984.12	41.58	1048.95
مجموعة البروتين الحيواني	27.72	552.56	27.23	609.21	28.83	727.28
مجموعة البقول	4.75	94.73	4.68	104.77	3.42	86.17
مجموعة الخضار	2.11	42.14	2.17	48.59	2.89	72.97
مجموعة الفاكهة	6.11	121.78	6.46	144.47	7.99	201.48
مجموعة الزيوت والدهون	12.13	241.69	11.96	267.59	9.92	250.33
مجموعة السكريات	2.50	49.86	2.70	60.50	4.49	113.28
مجموعة المشروبات	0.80	15.95	0.79	17.68	0.88	22.09
إجمالي الإنفاق الغذائي	100	1992.90	100	2236.91	100	2522.53

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة النقهلية، عام ٢٠١٣.

سائلاً: أثر تطبيق المرأة للممارسات الغذائية السليمة على مدى حصول أفراد الأسرة على العناصر الغذائية الضرورية:

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن متوسط نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية بالنسبة للأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة منخفض بلغ من الطاقة حوالي ١٦٨٠ سعر حرارى/جم/يوم، ومن البروتين النباتى نحو ٥٢.٣١ جم/يوم، ومن البروتين الحيوانى نحو ٦٨.١٧ جم/يوم، ومن الدهون حوالي ٩٨.١٢ جم/يوم

أما متوسط نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية بالنسبة للأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة متوسط بلغ من الطاقة حوالي ١٨٣١ سعر حرارى/جم/يوم، ومن البروتين النباتى نحو ٤٤.٢١ جم/يوم، ومن البروتين الحيوانى نحو ٨٧.٢٥ جم/يوم، ومن الدهون حوالي ٨١.٣٤ جم/يوم

فى حين أن متوسط نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية بالنسبة للأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع بلغ من الطاقة حوالي ٢١٢١.٤ سعر حرارى/جم/يوم، ومن البروتين النباتى نحو ٣٨.٦٧ جم/يوم، ومن البروتين الحيوانى نحو ١٠٣.٥٦ جم/يوم، ومن الدهون حوالي ٧٤.١٥ جم/يوم

وبمقارنة متوسط نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية بالنسبة للأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة منخفض ومتوسط ومرتفع يتضح أن متوسط نصيب الفرد من الطاقة والبروتين النباتى والحيوانى فى الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع أعلى منه بالنسبة لكل من الأسر التي تطبقها لتلك الممارسات منخفض ومتوسط، بينما انخفض متوسط نصيب الفرد من الدهون فى الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع أعلى منه عن الأسر التي تطبق الممارسات الغذائية السليمة بدرجة منخفضة ودرجة متوسطة، مما يعنى أن الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة مرتفع تتبع نظاماً غذائياً جيداً أفضل من تلك الأسر التي تطبق الممارسات الغذائية السليمة بدرجة منخفضة ودرجة متوسطة، أى أن زيادة الوعى بالممارسات الغذائية يؤدي إلى زيادة قدرة الأسرة على تطبيق الهرم الغذائى الجيد وزيادة نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية.

ولكن من خلال نفس الجدول يتضح أن العناصر الغذائية الضرورية التي يحصل عليها أفراد العينة سواء فى الأسر التي تطبقها للممارسات الغذائية السليمة منخفض أو متوسط أو مرتفع بمقارنتها بالكميات الموصى بها من قبل منظمة الصحة العالمية نجد أن الطاقة التي يحصل عليها أفراد العينة أقل من العناصر الموصى بها، بينما البروتين والدهون نجد أن الكميات التي يحصل عليها أفراد العينة تزيد عن الكميات

الموصى بها، ونستنتج من ذلك أن هناك اختلافا كبيرا بين العناصر الغذائية التي يحصل عليها الأفراد في الريف عن العناصر الغذائية الموصى بها.

ويؤدى ذلك إلى ظهور العديد من مظاهر سوء التغذية والتي منها:

- ١- إعتدال الأسر الريفية أو زيادة الإستخدام المفرط للأغذية الرخيصة والتي تتسم بشكل عام بكثافة السرعات الحرارية مع محتوى غذائي محدود مما يؤدي إلى ضعف تنوع النظام الغذائي مما يؤدي إلى تدهور إضافي في حالة سوء التغذية، حيث تشير دراسة إلى أن ٣٥% من المصريين يعانون من ضعف تنوع النظام الغذائي، كما أن السمنة في مصر أخذت في الإرتفاع حيث أن ٤٨% من النساء اللاتي تزيد أعمارهن عن ١٥ عاماً يعانين من السمنة المفرطة
- ٢- التقزم في الأطفال مما أدى إلى ظهور ما يعرف بظاهرة العبء المزدوج لسوء التغذية في مصر التي تعد الآن من بين أعلى المعدلات في العالم
- ٣- وإذا ما أخذ في الإعتبار نقص المغذيات الدقيقة فإن مصر تعاني من عبء ثلاثي لسوء التغذية والذي ينعكس بدوره على الحالة الصحية للفرد والى يؤدي إلى ضعف إنتاجيته مما ينعكس على دوره في العمل والإنتاج والمشاركة الفعالة في عملية التنمية

وقد يرجع ذلك إلى العديد من الأسباب منها:

- ١- مرور الإقتصاد الكلي بالعديد من الأزمات أهمها أزمات الغذاء والوقود والأزمات المالية من عام ٢٠٠٧ إلى عام ٢٠٠٩ وأيضا الإرتفاع في أسعار الغذاء العالمية بدءا من أواخر عام ٢٠١٠ بالإضافة إلى تحديات عدم الإستقرار السياسي في أعقاب ثورة ٢٠١١ مما دفع الأسر المعيشية كرد فعل لهذه الصدمات إلى تبني سياسات واستراتيجيات للتأقلم مع هذه الأزمات أهمها الإعتدال على الأغذية الأقل تكلفة.
- ٢- تغيير أنماط الحياة وضعف التوعية الخاصة بالتغذية السليمة خاصة في الريف المصري والذي عانى لفترات طويلة من إهمال مما أدى إلى زيادة معدلات الأمية وخاصة بين النساء في الريف. أي أنه مازالت هناك حاجة لتوفير سبل الحصول الأفراد على العناصر الغذائية الضرورية لكي تتحقق التنمية البشرية ولكي يتمكنوا من القيام بوظائفهم على الوجه المطلوب والمشاركة الفعالة في عملية التنمية بشكل فعال يحقق النتائج المرجوة. حيث تعتبر التغذية السليمة عنصرا أساسيا للصحة إذ لا بد أن يحصل جميع فئات المجتمع على كميات كافية من الأغذية السليمة الغنية بالمغذيات لتلبية احتياجاتهم ليس فقط من الطاقة والبروتين بل العناصر الصغرى فيدون التغذية الكافية على سبيل المثال يبدأ الأطفال حياتهم وهم عرضة لنخاطر عدة من المشكلات الصحية بينما يعجز البالغون عن أداء مهامهم بالكامل في المجتمع فالصحة الجيدة تتحسن المعيشة وترفع كفاءات أفراد المجتمع مما يؤدي إلى زيادة الإنتاجية والقوة الاقتصادية فالتمتع بالصحة الجيدة من أهم أسباب رفع القدرة على العمل والإنتاج وقد بين لنا علم التغذية بالبحث والدراسة المستمرة أن الغذاء هام لبناء الجسم القوى واستمرار تجديده ونشاطه وترتبط التغذية ارتباطا كبيرا بالغذاء ومكوناته من مواد غذائية وتوفر العناصر الغذائية (الكربوهيدرات والسكريات والدهون والبروتينات والفيتامينات والمعادن والألياف) لقيام الجسم بوظائفه المختلفة ويحتوى كل نوع من الأغذية على أحد بعض المغذيات بكميات متفاوتة كما أن لكل نوع منها وظائف معيشية).
- ويعتبر الغذاء المتوازن في محتواه من العناصر الغذائية كما ونوعا هام وضروري للمحافظة على حياة الإنسان وصحته وقدرته على أداء العمل كما يجب أن يكون هذا الغذاء آمنا خاليا من الملوثات حتى لايسبب تناوله أضرارا صحية للإنسان سواء في المدى القريب أو البعيد
- وتعتبر القضايا المتعلقة بالإختيار الفعلى للطعام واستهلاكه لمقابلة الحاجات الفسيولوجية للإنسان هامة جدا، وقد اهتم علماء الإجتماع منذ فترة طويلة بالغذاء والتغذية قفيا يتعلق بالاتجاهات والقيم المرتبطة بالعادات الغذائية وقد أشاروا إلى أهمية تضمين السياسة الزراعية للإحتياجات الغذائية حتى يمكن ضمان أوضاع غذائية لجميع الأفراد.

جدول رقم (١٠) متوسط نصيب الفرد من العناصر الغذائية الضرورية

مستوى التطبيق	تطبيق منخفض	تطبيق متوسط	تطبيق مرتفع	الكميات الموصى بها* من قبل منظمة الصحة
الطاقة سعر حرارى جم/يوم	١٦٨٠	١٨٣١	٢١٢١.٤	٢٨٠٠-٢٢٠٠
البروتين النباتى جم/يوم	٥٢.٣١	٤٤.٢١	٣٨.٦٧	
البروتين الحيوانى جم/يوم	٦٨.١٧	٨٧.٢٥	١٠٣.٥٦	

البروتين جم/يوم	١٢٠.٤٨	١٣١.٤٦	١٤٢.٢٣	٧٠-٦٠ جم/يوم
الدهون جم/يوم	٩٨.١٢	٨١.٣٤	٧٤.١٥	٩٠-٧٠ جم/يوم

* منظمة الصحة العالمية، الغذاء والتغذية، ٢٠١٤. المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في محافظة الدقهلية، عام ٢٠١٣.

سابعاً: الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية:
- مستوى الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية: أوضحت النتائج الواردة بالجدول رقم (١١) أن (٤٩.٠%) من الريفيات أشرن إلى أن الإرشاد الزراعي يقدم لهم خدمات قليلة، بينما أشار (٣٦.٥%) أن هذه الخدمات متوسطة، في حين ذكر (١٤.٥%) أن هذه الخدمات كثيرة. ويتبين من ذلك أن غالبية الريفيات أشرن إلى أنهم يحصلون على خدمات قليلة ومتوسطة من الإرشاد الزراعي في مجال الممارسات الغذائية السليمة، وهذا يدل على ضعف نشاط الإرشاد الزراعي وإنخفاض دوره في مجال إرشاد الريفيات وخاصة في مجال الممارسات الغذائية.

جدول رقم (١١) مستوى الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية

مستوى الخدمات	عدد	%
خدمات قليلة (١٦-٣١ درجة)	٩٨	٤٩.٠
خدمات متوسطة (٣٢-٤٨ درجة)	٧٣	٣٦.٥
خدمات كثيرة (٤٩-٦٤ درجة)	٢٩	١٤.٥
الإجمالي	٢٠٠	١٠٠.٠

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في مجال الدقهلية، عام ٢٠١٣.

- وكانت أهم الخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية السليمة مرتبة تنازلياً حسب الأهمية النسبية على النحو التالي جدول (١٢): تقوم المرشدات الزراعيات والرائدات الريفيات بزيارات منزلية للريفيات لتقديم معلومات وشرح عن الممارسات الغذائية السليمة بمتوسط (٣.٤ درجة)، ثم تنظيم ندوات واجتماعات إرشادية لمناقشة مشاكل الغذاء والتغذية مع الريفيات بمتوسط (٣.٣ درجة)، ثم تنظيم لقاءات مع المتخصصين في مجال التغذية بمتوسط (٣.٢ درجة)، ثم كل من توفير المعلومات الحديثة عن كيفية الحفاظ على الغذاء من التلوث، ومساعدة الريفيات في كيفية الحفاظ على الغذاء من التلوث، وتنظيم دورات تدريبية عن حفظ وتجفيف الخضروات بمتوسط (٣.١ درجة) لكل منها، ثم تنظيم دورات تدريبية عن ممارسات الحد من تلوث الغذاء، وتوفير المعلومات الحديثة عن طرق إعداد وطهي الغذاء بمتوسط (٣.٠ درجة) لكل منهما، ثم تنظيم اجتماعات إيضاح عملي لشرح الممارسات الغذائية السليمة بمتوسط (٢.٨ درجة)، ثم توفير المعلومات الحديثة عن أسس شراء وتداول الغذاء بمتوسط (٢.٧ درجة)، ثم توفير المعلومات الحديثة عن التسويق بمتوسط (٢.٦ درجة)، ثم توفير المعلومات الحديثة عن الأسس السليمة لتخزين الغذاء بمتوسط (٢.٥ درجة)، ثم تنظيم ندوات واجتماعات إرشادية عن الإحتياجات الغذائية الأساسية للأفراد، وتنظيم دورات تدريبية عن حفظ وتخزين الأغذية بمتوسط (٢.٢ درجة)، ثم كل من تنظيم دورات تدريبية عن التصنيع الغذائي، والإرشاد الزراعي يشترك مع جمعية تنمية المجتمع في تنظيم ندوات عن الممارسات الغذائية السليمة بمتوسط (٢.١ درجة) لكل منهما، وأخيراً الإرشاد الزراعي يشترك مع الوحدة الصحية في تنظيم ندوات عن الممارسات الغذائية السليمة بمتوسط (٢.٠ درجة).

جدول (١٢) الأهمية النسبية للخدمات التي يقدمها الإرشاد الزراعي للريفيات في مجال الممارسات الغذائية السليمة

الخدمات والأنشطة	دائماً		أحياناً		نادرًا		لا		المتوسط لترتيب
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	
١- تنظيم ندوات واجتماعات إرشادية لمناقشة مشاكل الغذاء والتغذية مع الريفيات	١٠٥	٥٢.٥	٦٠	٣٠	٣٠	١٥	٥	٢.٥	٣.٣
٢- تنظيم لقاءات مع المتخصصين في مجال التغذية	٩٠	٤٥	٦٠	٣٠	٤٥	٢٢.٥	٥	٢.٥	٣.٢
٣- تنظيم ندوات واجتماعات إرشادية عن الإحتياجات الغذائية الأساسية للأفراد	١٥	٧.٥	٤٥	٢٢.٥	١٠٥	٥٢.٥	٣٥	١٧.٥	٢.٢
٤- تنظيم اجتماعات إيضاح عملي لشرح الممارسات الغذائية السليمة	٤٥	٢٢.٥	٧٥	٣٧.٥	٧٥	٣٧.٥	٥	٢.٥	٢.٨

٨	٢.٦	٢.٥	٥	٥٢.٥	١٥	٣٠	٦٠	١٥	٣٠	٥- توفير المعلومات الحديثة عن التسويق
٧	٢.٧	١٠	٢٠	٣٠	٦٠	٣٧.٥	٧٥	٢٢.٥	٤٥	٦- توفير المعلومات الحديثة عن أسس شراء وتداول الغذاء
٥	٣.٠	٢.٥	٥	٣٠	٦٠	٣٧.٥	٧٥	٣٠	٦٠	٦- توفير المعلومات الحديثة عن طرق إعداد وطهي الغذاء
٩	٢.٥	١٧.٥	٣٥	٢٢.٥	٤٥	٥٢.٥	١٠٥	٧.٥	١٥	٨- توفير المعلومات الحديثة عن الأسس السليمة لتخزين الغذاء
٤	٣.١	٢.٥	٥	٣٠	٦٠	٢٢.٥	٤٥	٤٥	٩٠	٩- توفير المعلومات الحديثة عن كيفية الحفاظ على الغذاء من التلوث
٤	٣.١	٢.٥	٥	٢٢.٥	٤٥	٣٧.٥	٧٥	٣٧.٥	٧٥	١٠- مساعدة الريفيات في كيفية الحفاظ على الغذاء من التلوث
١	٣.٤	٢.٥	٥	٧.٥	١٥	٣٧.٥	٧٥	٥٢.٥	١٠٥	١١- تقوم المرشدات الزراعيات والرائدات الريفيات بزيارات منزلية للريفيات لتقديم معلومات وشرح عن الممارسات الغذائية السليمة
٤	٣.١	٢.٥	٥	٣٠	٦٠	٢٢.٥	٤٥	٤٥	٩٠	١٢- تنظيم دورات تدريبية عن حفظ وتحفيف الخضروات
١٠	٢.٢	١٧.٥	٣٥	٥٢.٥	١٠٥	٢٢.٥	٤٥	٧.٥	١٥	١٣- تنظيم دورات تدريبية عن حفظ وتخزين الأغذية
١١	٢.١	٣٢.٥	٦٥	٣٧.٥	٧٥	٢٢.٥	٤٥	٧.٥	١٥	١٤- تنظيم دورات تدريبية عن التصنيع الغذائي
٥	٣.٠	٢.٥	٥	١٥	٣٠	٦٠	١٢٠	٢٢.٥	٤٥	١٤- تنظيم دورات تدريبية عن ممارسات الحد من تلوث الغذاء
١١	٢.١	٣٢.٥	٦٥	٤٠	٨٠	٢٥	٥٠	٥	١٠	١٥- الإرشاد الزراعي يشترك مع جمعية تنمية المجتمع في تنظيم ندوات عن الممارسات الغذائية السليمة
١٢	٢.٠	٣٥	٧٠	٤٠	٨٠	١٥	٣٠	١٠	٢٠	١٦- الإرشاد الزراعي يشترك مع الوحدة الصحية في تنظيم ندوات عن الممارسات الغذائية السليمة

المصدر: جمعت وحسبت من بيانات البحث الميدانية في مجال الدقهلية، عام ٢٠١٣.

التوصيات: بناء على النتائج التي تم التوصل إليها من خلال البحث يمكن الخروج بالتوصيات الآتية:

- ١- زيادة وعي المرأة بأهمية الغذاء الصحي لها و لكل أفراد الأسرة.
- ٢- وضع برامج تهتم بتقييم الحالة الغذائية للمرأة و إمدادها بالمشورة و المعلومات الغذائية التي تحسن من وضعها وكذلك وضع أسرتها الصحي و الغذائي بما يتناسب مع مستواها التعليمي و الاجتماعي-
- ٣- الاهتمام بالثقافة الغذائية و أهمية متابعة الوزن أثناء فترات النمو المختلفة من خلال مراكز رعاية الأمومة و الطفولة و الرعاية الأساسية و مراكز طب الأسرة.
- ٤- تشجيع السيدات على المشاركة في اتخاذ القرار فيما يختص بتخطيط الموارد على مستوى الأسرة و المجتمع و كذلك على المستوى القومي. و ينعكس ذلك على زيادة معدل التغذية السليمة في الأسرة و كذلك على إمكانية التعليم بالنسبة للإناث.
- ٥- الاهتمام بمشاركة المرأة في الحياة السياسية والاجتماعية والمجتمعية وهو هدف تنموي يسعى إلى تحقيق درجة من التنمية الاجتماعية و نقطة ارتكاز التنمية الاقتصادية في كثير من المجتمعات النامية.
- ٦- النظر إلى المعوقات التي تحد من الدور السياسي والاجتماعي والاقتصادي والصحي للمرأة الريفية هو الخطوة الأولى للعمل، فهو درء لخطرها وحظرها و تفعيل دور المرأة الريفية في الحياة
- ٧- تغيير الصورة النمطية للمرأة في المناهج التعليمية، لكونها تظهر المرأة كشخص له مهام ادوار مختلفة عن الرجل، ومعتمد في حياته على الرجل .
- ٨- توسيع قاعدة مشاركة المرأة في صنع القرار على المستوى المحلي، من باب تعزيز نهج الإدارة الرشيدة، وإشراك المرأة في معالجة القضايا التنموية.
- ٩- اهتمام الدولة بالمرأة الريفية وخاصة في الأسر الفقيرة وحقوقها وثقافتها وتعليمها وتفعيل تلك القوانين التي تحميها مما تتعرض له من إيذاء مثل العنف الأسري مما يعود بأكبر الأثر الإيجابي بقيامها بدورها الحقيقي والفعال في تحسين أوضاع أسرتها المعيشية مما ينعكس على تحسين أحوال المجتمع ككل.
- ١٠- الاعتراف بالدور الاجتماعي والاقتصادي والسياسي للمرأة ، في تحسين وضعها في المحيط الأسري ، والتركيز على دورها ، ودمجها في المجتمع.
- ١١- إعطاء للمرأة حقها كاملاً ، في تأهيلها التعليمي والمهني في كافة المناطق من أجل زيادة المعرفة الفنية ، وتوعية المجتمع بأهمية تعليم المرأة وتشجيعها على الالتحاق بالفروع العلمية والتقنية .
- ١٢- تحسين صورة المرأة العربية في البرامج والوسائل الإعلامية المختلفة من أجل إزالة الصورة المشوهة المعكوسة حالياً على المرأة والابتعاد عن الإبتذال بما يؤدي إلى تحسين أوضاع المرأة .
- ١٣- العمل على رفع مستوى مشاركة المرأة في الحياة العامة والسياسية والتنموية عن طريق تحقيق تواجد أكبر للمرأة الجديرة في مواقع اتخاذ القرار .

المراجع

أحمد عبد الزبير، ٢٠١٤. <http://www.sestcic.org>

- ابيزيس عازر نوار (١٩٨١): الغذاء والتغذية، دار المطبوعات الجديدة، الإسكندرية.
الجهز المركزي للتعينة العامة والإحصاء (٢٠١١) بحث الدخل والإنفاق والاستهلاك (٢٠١٠/٢٠١١)،
سبتمبر.
- الخولى، سالم إبراهيم الخولى (٢٠٠٧) المشكلات الاجتماعية المعاصرة فى المجتمع المصرى، دار الندى
للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، القاهرة.
- العبد، عاطف، "المرأة الريفية"، سلسلة أقرأ، رقم ٤٨٤، دار المعارف، ١٩٨٧.
- الليثى، هبه (٢٠٠٢) "القضاء على الفقر (الحد من الفقر) مؤتمر المرأة المصرية والأهداف التنموية للألفية
الثالثة، اللجنة الاقتصادية، القاهرة.
- اليونسكو تقرير عن التربية فى العالم ، منشورات اليونسكو ، باريس ، ٢٠٠٠.
- خاطر، السيد (٢٠٠٣) "مساهمة المرأة فى التنمية البشرية فى مصر، المؤتمر الحادى عشر للاقتصاديين
الزراعيين، ٢٤-٢٥، سبتمبر .
- سامية محمود عبد العظيم الديب: دراسة تحليلية لاستهلاك السلع الغذائية المدعمة فى ريف محافظة الشرقية،
رسالة ماجستير، قسم الاقتصاد الزراعى ، كلية الزراعة، جامعة الزقازيق، ١٩٨٨.
- شلبى، ابراهيم محمد، حسنة محمد ابراهيم، المتطلبات الإرشادية لمشاركة المرأة الريفية فى بعض الأنشطة
المزرعية بمحافظتي القهيلية والشرقية والعوامل المرتبطة بها، مجلة الزقازيق، مجلد ٣٣، رقم ٢،
٢٠٠٦.
- غانم، مصطفى حمدى، "العوامل المرتبطة بمشاركة المرأة الريفية فى المشروعات التنموية المحلية ببعض
القرى فى محافظة اسيوط"، مجلة العلوم الزراعيه، كلية الزراعة، اسيوط، المجلد ٢٧، العدد ٣،
١٩٩٦.
- رفيقة سليم حمود ، المرأة المصرية ، مشكلات الحاضر وتحديات المستقبل ، دار الأمين القاهرة ، ١٩٩٧ ف
- عبير محمد الدويك (٢٠٠٢): دور البرامج الإعلامية فى تنمية الوعي الاستهلاكي للمرأة الريفية، المؤتمر
السنى السابع للاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية.
- عيشة على أبو بكر أحمد بارضوان (١٩٨٨): "دراسة السلوك الاستهلاكي ودوافع الشراء للمرأة العاملة
السعودية بجدة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للاقتصاد المنزلي والتربية الفنية بجدة،
الإدارة العامة لكليات البنات بجدة.
- محرم، إبراهيم ، نهضة الريف، مطبعة أشرف، اسيوط ، الطبعة الأولى، ٢٠٠٤.
- منظمة الأغذية والزراعة (FAOSTAT: ٢٠١٣)
- منظمة الصحة العالمية، الغذاء والتغذية، ٢٠١٤.

Abd El-Latif, Abla, Heba El-Lathy, " Protecting Food Security for The Poor In
a Liberalizing Economy", Egypt's agricultural in reform Era, Fletcher,
L.B (ed.),

Tinker, the Adverse Impact of Development On Woman, Woman and
World Development, Over seas Development council , V.S.A 1976.

AN ANALYTICAL STUDY OF THE IMPACT OF THE KNOWLEDGE AND APPLICATION OF RURAL WOMEN OF THE CORRECT NUTRITIONAL PRACTICES ON HUMAN DEVELOPMENT FOR FAMILY MEMBERS IN THE RURAL OF DAKAHLIA GOVERNORATE

Amina A. Kotop and Shaima A.R. Hashim

Agric. Econ. Dept., Fac. Agric., Zagazig Univ., Egypt

ABSTRACT

This research aims: mainly the study of rural women's awareness of healthy dietary practices, and that by achieving the following objectives: 1. Identify some of the social and economic characteristics of the respondent and communication

Ariviat.2- study the cognitive level of the rural respondents feeding practices Sulaima.3- identify the factors influencing the the degree of knowledge of rural women for food practices Sulaima.4- offer applied for rural respondents practices food Sulaima.5- determine the factors affecting the degree of implementation of rural women of sound nutritional practices. 6 to identify the services provided by the agricultural extension for rural women in the field of proper nutrition. 6-knowledge of the problems faced by rural women in the field to play its role in the application of sound nutritional practices and proposals to solve

This research was conducted in Dakahlia governorate were selected villages of Kafr Al –wazir and Dndat from Mit ghamer center center, and selected villages Sahragt El-soghra af Beshla from aga center. Was chosen as a sample of 200 Researched randomly by (50) Researched from all villages of the four selected, and use the questionnaire personal interviews with respondents to collect the data of the study, during 2013, was the use of percentages and simple correlation coefficient, and regression stepwise multiple rookie Step-wise)

The main findings of the research are: that the order of the components of cognitive levels each component of the dietary practices of sound Ascending by knowledge levels high as follows: knowledge of safe practices in procurement and trading of food, then knowledge of safe practices in the preparation and cooking of food, and good practices in food storage, then good practice to keep the food from contamination, then knowledge of basic nutritional needs of family members, and therefore to raise the degree of knowledge of rural practice safe food must be increased focus on the aspects that characterized by low-level cognitive them any should focus on recommendations for the basic nutritional needs for family members and then recommendations for safe practices to keep food from contamination, then the recommendations for safe practices in food storage and recommendations for safe practices in the preparation and cooking of food, then the recommendations for safe practices in procurement and trading of food. The factors associated with the degree of knowledge of rural practice safe food is (the number of years of education, and the acquisition of agricultural land, and the acquisition of agricultural machinery, and the number of years of experience in agriculture, and the degree of leadership, and social participation of informal, and social participation of official and openness geographical, and exposure to sources of agricultural information, and the trend about agricultural innovations).

It also pointed out that the order of the components of the levels applied for each component of the dietary practices of sound in ascending order according to levels of application high as follows: the application of good practices in the preparation and cooking of food, then apply good practices in procurement and trading of food, and good practices in food storage, then good practice to keep food from contamination, and then apply the basic food needs of the family members, and therefore to raise the degree of implementation of rural feeding practices sound must be increased focus on the aspects that are characterized by a decrease skill level and applied by any must focus on recommendations for the basic nutritional needs of the family members and then recommendations for practices sound to keep the food from contamination, then the recommendations for safe practices in food storage and recommendations for safe practices in the preparation and cooking of food, and recommendations for safe practices in the buying and trading of food. The factors associated with the degree of application of rural practice safe food is (the number of years of education, and the acquisition of agricultural land, and the acquisition of agricultural machinery, and the number of years of experience in agriculture, and the degree of leadership, and social participation of informal, and social participation of official and openness geographical, and exposure to sources of agricultural information, and the trend about agricultural innovations).

As it turns out that is clear from the foregoing that families applying nutritional practices degree Mratfh are more families who follow a diet approaching a large degree of the food pyramid, and by comparing the relative importance of spending the annual singles food groups for families that apply Good nutritional practices of low-grade and medium degree and a high degree it is clear that the proportion of household spending, which apply good nutritional practices of low-grade and medium on cereals and starches, and a range of oils and fats and set pulses greater than the proportion of household spending, which apply good nutritional practices highly as these groups rely heavily on grain fillers and also to lower the price, whereas that the proportion of which apply good nutritional practices highly Ali, fruit and animal protein and fats and oils, beverages and candy greater than the proportion of household spending, which apply good nutritional practices of low-grade and medium so as to increase their prices, where an increase of income increases spending on luxury goods.

As it turns out that the average per capita energy and protein plant and animal in captivity, which apply Good nutritional practices a high degree higher than that for each of the families that apply Good nutritional practices of low-grade and medium degree, while turns out that average per capita fat in families that apply Good nutritional practices high degree higher than that for each of the families that the application of good dietary practices of low-grade and high-grade, which means that families who apply good dietary practices highly follow a diet seriously the best from each of the families that the application of good dietary practices of low-grade and medium-grade.

