

الإطعام الخيري في المشاعر المقدسة بين الكفاية الغذائية

والإسراف

إعداد:

د. مارية بنت طالب الزهراني

أستاذ التغذية وعلوم الأطعمة

جامعة أم القرى

د. سميرة عبدالله بناني

مشرفة بإدارة الإعلام التربوي

إدارة التربية والتعليم للبنات بمكة المكرمة

الملخص

تدعم حكومة المملكة العربية السعودية مشاريع الإطعام الخيري وتنظمها ، من خلال لجنة السقاية والرفادة التابعة لأمانة منطقة مكة المكرمة ؛ مما قلل من الهدر الغذائي والتوزيع العشوائي للوجبات والمشروبات ، وحَفَظ النعمة ، وماء وجه الحاج من ذلة الحاجة ؛ ونظرا لندرة الدراسات المرجعية التي تناولت وجبات الإطعام الخيري في توفير الكفاية الغذائية للحجاج ، لذا هدفت الدراسة التعرف على أهمية الإطعام الخيري في المشاعر المقدسة والعوامل الغذائية المؤثرة في ذلك ، والتوصل إلى آليات ملائمة لتفعيل ضوابطه بما يكفل إيجاد قدر من التوازن بين إشباع الحاجات الغذائية الأساسية للحاج والحد من الإسراف ، وقد أظهرت الدراسة أن الوجبات ساهمت في توفير الكفاية الغذائية للفقراء والمحتاجين وعابري السبيل من حجاج بيت الله الحرام ، وحققت العديد من وظائف الغذاء النفسية والاجتماعية والغذائية ، وأن هناك نوعا من السلوك الاستهلاكي الاتلافي لتلك الوجبات ، وخلصت الدراسة إلى:-

* عمل دورات تدريبية للعاملين في مجال الإطعام الخيري في فن تقديم الطعام ، والأسلوب الأمثل في توزيع تلك الوجبات ، وتكون أحد الوثائق لممارسة توزيعها.

* استخدام كل وسائل التقنية الحديثة لتشجيع الحجاج على تقدير ما يحتاجونه من أغذية الإطعام الخيري.

* إلزام موزعي الإطعام الخيري - للحصول على تصريح لمزاولة هذا النشاط - بإزالة النفايات من حول البرادات للحفاظ على نظافة البيئة المحيطة.

* أهمية إجراء أبحاث متخصصة في جودة الغذاء ، وتقييم العناصر الغذائية ، وتحديد كمية المواد الغذائية لوجبات الإطعام الخيري تحت إشراف معهد خادم الحرمين لأبحاث الحج ولجنة السقاية والرفادة للحد من الإسراف والسلوك الاستهلاكي الاتلافي.

* ضرورة إشراف أخصائي التغذية على الوجبات الخيرية لتقدير الكمية المطلوبة أثناء التعبئة والتغليف حسب الاحتياج الغذائي اليومي بالاسترشاد بالهرم الغذائي.

المقدمة

اختص الله المملكة العربية السعودية بمزايا وخصائص استحققت معها أن تكون حاملة لواء الإسلام ، وجعلها راعية الحرمين الشريفين ، وموطن الأماكن المقدسة ، والمكلفة بخدمة ضيوف الرحمن القادمين لأداء فريضة الحج ، وكان عليها مسئولية تهيئة تلك الأماكن بما يليق بقديستها وحرمتها ، وجندت كل أجهزتها ومؤسساتها وأبنائها لهذه المسئولية بكل تفان وإخلاص وبذل وعطاء^(١) تدعم حكومة المملكة العربية السعودية مشاريع الإطعام الخيري^(٢) وتنظمها ، وتسخر كافة الإمكانيات البشرية والمادية من خلال لجنة السقاية والرفادة التابعة لأمانة منطقة مكة المكرمة^(٣) ؛ بغرض تسهيل مهمة الجهات الخيرية الراغبة في إطعام الحجاج وسقائتهم ، وتنظيم هذا النشاط ووضع الضوابط له ، مما قلل من الهدر الغذائي (رسم بياني ١)^(٤) والتوزيع العشوائي للوجبات والمشروبات ، وحفظ النعمة ، وحفظ ماء وجه الحاج من ذلة الحاجة ، وإيصال جميع الوجبات المقررة إلى الحجاج في مكة المكرمة والمشاعر^(٥) ونظرا لندرة الدراسات المرجعية التي تناولت الإطعام الخيري من الناحية الغذائية ومدى تلبية تلك الوجبات الغذائية المقدمة للاحتياجات الغذائية للحجاج وتوفير الكفاية الغذائية^(٦) له ، لذا هدفت الدراسة التعرف على أهمية الإطعام الخيري في المشاعر المقدسة والعوامل الغذائية المؤثرة في ذلك ، والتوصل إلى آليات ملائمة لتفعيل ضوابط الطعام الخيري بما يكفل إيجاد قدر من التوازن بين إشباع الحاجات الغذائية الأساسية للحاج والحد من الإسراف.

(١) فيصل نوح (١٤٣٣ هـ) الحج والحجيج في عين الرعاية الكريمة ، مجلة النسك ، العدد ٤٨ ، ص: ١

(٢) الإطعام الخيري : ذلك النشاط الاجتماعي والاقتصادي الذي يقوم به الأفراد أو الممثلون في الهيئات الأهلية والمؤسسات الحكومية ؛ بهدف كسب الأجر والمثوبة من الله سبحانه وتعالى ، وتوفير الأمن الغذائي للحجاج والتقليل من حجم المشكلات الغذائية التي تواجهه والناشئة من عدم الكفاية الغذائية (٢) أنشئت لجنة السقاية والرفادة بهدف إطعام الحجاج والمعتمرين فقط ، ومن أعمالها تنظيم وتنسيق الإشراف على الإطعام الخيري في مكة المكرمة من خلال تقدير احتياجات الإطعام الخيري ، ووضع ضوابط خاصة بتعبئة وتغليف وتوزيع الوجبات . النظام الإداري للجنة السقاية والرفادة بمكة المكرمة والمشاعر ، إمارة منطقة مكة ، وزارة الداخلية ، المملكة العربية السعودية .

(٣) تقرير إحصائي للجنة السقاية والرفادة للعام ١٤٣٣ هـ - ١٤٣٤ هـ.

(٤) لجنة السقاية والرفادة: خطة شاملة للإطعام الخيري ، تقرير من صحيفة الاقتصادية (٢٠٠٦) العدد ٤٤٧٠

(٦) الكفاية الغذائية (Food Adequacy) هي: حصول الحاج على جميع احتياجاته اليومية من العناصر الغذائية ، مع مراعاة العديد من العوامل ومنها: عمر الحاج وحالته الصحية وجنسه ، نمطه الغذائي ، والنشاط البدني الذي يقوم به أثناء أداء المناسك . بينما الإسراف في تناول الغذاء قد يعرضه للعديد من المشكلات الصحية والغذائية التي قد تعيقه عن إكمال مناسكه

منهجية الدراسة

اتباع المنهج الوصفي لتحقيق أهداف الدراسة ، وذلك بالرجوع إلى المصادر العلمية التي تناولت الطعام الخيري من محاور متعددة " اقتصادية ، اجتماعية ، وغذائية" مع تحليل لبعض الصور الموثقة بالصحف ، والمجلات المحلية التي تناول طرق توزيع الطعام الخيري وتأثيراتها على البيئة ، وذلك لإثراء المادة العلمية وجعلها أكثر قابلية للنقاش العلمي .

أدبيات الدراسة

المبحث الأول : الاهتمام بالطعام الخيري في الحج والعوامل المؤثرة في ذلك بدأت تتبلور سقاية الحجاج ورفادتهم عند العرب في مكة المكرمة ، وباتوا يبذلون كل ما في وسعهم من أجل إكرام ضيوف الرحمن عند زيارتهم لمكة المكرمة وبيت الله الحرام^(١) واستمر الوضع هكذا إلى أن جاء الإسلام فقام النبي ﷺ وأرسل بمال يُعمل به الطعام مع أبي بكر الصديق ؓ حين حج بالناس سنة ٩ هـ ، وفُعل نفس الشيء في السنة ١٠ هـ في حجة الوداع ، ثم احتذى حذوه الخلفاء الراشدين من بعده ، واستمرت الرفادة أو الإطعام الخيري في العصر العثماني على ما كان عليه الحال من قبل بل زادت مقاديرها بشكل ملحوظ^(٢) .

أما في العصر الحديث فقد زاد الاهتمام بالإطعام الخيري في السنوات الماضية ، وقد يرجع ذلك للعديد من العوامل الدينية والاقتصادية والغذائية ؛ فطلب الأجر من الله هو من أهم أساسيات العمل الخيري^(٣) عامة والإطعام على وجه الخصوص ، كما أن الإسلام دعا إلى الإنفاق في وجوه الخير وحث عليه ، وأن لذلك الإنفاق ضوابط تحقق مصلحة الفرد والمجتمع ، وهذه الضوابط هي الاعتدال والتوسط بين الإسراف والتقتير ، كما أن الإطعام الخيري يتسم بسمات عدة منها أنه خالص لوجه الله تعالى ، وصادر من نفس سخية لا يحركها إلا حب الخير وحب الضعفاء والمساكين والمحتاجين ، قال تعالى (وَيُطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَيَتِيمًا وَأَسِيرًا إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَلَا شُكُورًا)^(٤) وعموما يهدف "مشروع إطعام الخيري"^(٥) لإطعام فقراء الحرم وزواره ، والمعتصرون وقاصدو بيت الله الحرام ، وأنه خير وسيط - بإذن الله - بين المحسن

(١) محمود احمد قمر (٢٠٠٦) دراسات في تاريخ الطوافة والمطوفين ، مكة المكرمة .. نشأتها وتطورها ، الندوة الكبرى

المقامة بمناسبة اختيار مكة عاصمة للثقافة الإسلامية

(٢) عزة شاهين (٢٠٠٦) خدمات الحج في الحجاز خلال العصر العثماني ، دار القاهرة ، ص: ٢٢٢-٢٢٣

(٣) عبد الملك منصور (٢٠٠٨) العمل الخيري تكافل اجتماعي وعطاء إنساني ، مؤتمر العمل الخيري الخليجي الثالث ،

دبي ، الإمارات العربية المتحدة ، ص: ٢٠-٢٢

(٤) سورة الإنسان ، الآية ٨ .

(٥) سليمان بن عواض الزايدى (١٤٣٣ هـ) تدشين أكبر مشروع خيري لإطعام فقراء الحرم وقاصديه من المحتاجين ،

تقرير فهد المنجومي ، صحيفة سبق <http://sabq.org/4kbfd>

والمستفيد ، وأن المساهمات المخصصة للإطعام من قبل الأفراد والشركات مقدمة بسعر موحد للوجبة الساخنة (١)

أما العامل الاقتصادي فتؤكد العديد من الشواهد أنه كلما تحسن المستوى الاقتصادي للمحسن ، وارتفع دخله كلما زاد الإقبال على المساهمة في الطعام الخيري وخاصة في يوم عرفة ومزدلفة وأيام التشريق ؛ حيث يؤثر توفر السلع الغذائية بالسوق المحلي وما تنعم به البلاد من أمن غذائي ومائي في التوسع في برامج الإطعام ، وأن حرص المملكة على استيراد المواد الغذائية المتنوعة ، ودعم الغذاء ، وانخفاض سعره نسبياً ، وتوفير الأطعمة والمشروبات المتنوعة التي تناسب العادات الغذائية للحجاج ، والإشراف على النظافة العامة ؛ ساهم بشكل ملحوظ في توفير وجبات غذائية صحية (٢) وآمنة غذائياً (٣) للحجاج ، بل وصل في كثير من الأحيان ذلك الإطعام إلى حد البذخ والإسراف والعشوائية في التوزيع ، كما أدت زيادة القدرة الشرائية للمتبرع إلى الإقبال على تقديم الوجبات الخيرية الساخنة المكونة (٤) من الأرز والدجاج وعبوة العصير وعبوة الماء وقطعة من الكعك ، والتي يتم تجهيزها في علب ومغلفات خاصة بطريقة صحية حديثة تضمن الحفاظ عليها لتكون آمنة إلى وقت إيصالها للمستفيد ، ويتم توزيعها حسب رغبة المحسن ، كما أن هناك كمّاً هائلاً من الوجبات الغذائية (رسم بياني ٢ ، ٣) (٥) تم توزيعها من خلال برادات وضعت في مواقع مختارة بعناية في المشاعر المقدسة (صورة ١) وأن الجهد الذي قامت به لجنة السقاية والرفادة التابعة لإمارة منطقة مكة أدى بشكل كبير إلى استفادة أكبر عدد ممكن من الحجاج ، والقضاء على ظاهرة الازدحام والتدافع حول البرادات ، والحفاظ على بيئة الحج نظيفة من الملوثات والمخلفات بقدر الإمكان (٦) مما يؤكد على أهمية إعداد لائحة للاشتراطات الصحية الواجب توافرها في المنشآت التي تقوم بإعداد وتأمين وجبات الإطعام الخيري وإعاشة الحجاج بما يضمن سلامة الوجبات من الملوثات والممرضات (٧)

(١) المرجع السابق

(٢) الوجبة الصحية هي التي توفر جميع الاحتياجات الغذائية الأساسية للحاج ، وتختلف من شخص لآخر تبعاً لجنسه وسنه وحالته العضوية والصحية ونوع العمل والمناخ

(٣) الوجبة الآمنة غذائياً: هي الخالية من التلوث والتغيرات غير مرغوب فيها سواء كانت ميكروبية أو إنزيمية أو كيميائية.

(٤) مبارك القرشي (١٤٣٣هـ) المرجع السابق

(٥) إحصائية لجنة السقاية والرفادة لحج عام ١٤٣٣هـ ، ١٤٣٤هـ

(٦) عبدالله الفايز (١٤٢٦هـ) تعاون الجمعيات الخيرية مع لجنة السقاية والرفادة عظم الاستفادة من الإطعام الخيري ،

تقرير في صحيفة الجزيرة ، العدد ١٢١٦٨ http://www.al-jazirah.com/2006/20060121/ln1t.htm

(٧) بسام مشاط (٢٠٠٩) دراسة اثر تطبيق الاشتراطات الصحية على الجودة البكتيرية للمواد الغذائية المنتجة من

مطابخ ومطاعم مكة المكرمة ، المجلة السعودية للغذاء والتغذية ، المجلد (٤) العدد ١ ، ص : ١

يعد العامل الغذائي وما يحظى به المنتج الغذائي من جودة عالية وسلامة غذائية من أهم وأكثر العوامل تأثيراً في الإطعام الخيري ، فالغذاء الجيد يحظى بقبول شريحة كبيرة من الحجاج ، ومن الطبيعي فإن درجة جودته تتوقف على جودة المادة الغذائية المستعملة في إعداده ، وإن من الشروط الأساسية الواجب توافرها في المنتج الغذائي الجيد خلوه من الفساد بكافة أشكاله ، وحوزته على صفات الجودة المتمثلة في اللون والقوام والنكهة ، وتعبئته وتغليفه جيداً ، وأن يكون سهل الهضم ، ومنتج في ظروف صحية مناسبة^(١) ؛ لذلك حددت لجنة السقاية والرفادة معايير وضوابط للوجبات الخيرية ، ومنها أن يكون كل صنف مغلفاً آلياً وأن تكون الأصناف سهلة الفتح ، وألا تكون عبوات السوائل زجاجية أو معدنية ، وأن يكون توزيع الوجبة من خلال برادات معدة للتبريد والحفظ والنقل مع إتباع الاشتراطات الصحية المفروضة من قبل صحة البيئة . كما تؤكد هذه المعايير على وجوب التزام متعهدي الوجبات في مشعري مزدلفة ومنى بتوفير سيارات خاصة وأجهزة لنقل الوجبات الساخنة من موقع الإعداد والتحضير والطبخ إلى مكان تقديم الوجبة وهي تتمتع بكامل مقوماتها الصحية ومحفوظة بدرجة حرارة معقولة ، ويشترط تعبئة الوجبات الساخنة في صناديق مناسبة على أن تكون العمالة التي تقوم بإعداد هذه الوجبات حاصلة على شهادات صحية تثبت خلوهم من الأمراض ، مع الالتزام بالنظافة الشخصية والزي الموحد وارتداء القفازات وأغطية الرأس أثناء العمل ، وأن تقدم وجبة لكل مستفيد بمفرده مكونة من الأرز أو الخبز واللحم الساخن أو الدجاج الطازج فيما يمنع تقديم الأطعمة المسببة المحتوية على صلصات (الإدامات) والسلطات^(٢) ..

المبحث الثاني : الطعام الخيري ومدى تحقيقه للكفاية الغذائية للحجاج

يعد المال من أكثر العوامل تأثيراً في كمية ونوعيه الغذاء المتاح للحجاج ، فمن خلاله يحدد الحاج أنواع الأطعمة التي يستطيع اختيارها وشرائها ، ويمثل ارتفاع أسعار الأغذية للحجاج عبئاً اقتصادياً لهم ، فكثير منهم لا تتوفر لديهم سيولة مادية كافية تعينهم على التنوع في تناول المواد الغذائية ، لذا يساهم الإطعام الخيري في توفير الاحتياجات الغذائية الضرورية^(٣) للفقراء والمحتاجين وعابري السبيل من حجاج بيت الله الحرام ، وقد أظهرت دراسة أجريت عام ١٤٢٩ هـ (٤) إن إنفاق

(١) حسين موصللي (٢٠٠٢م) دليل الفنادق والمطاعم السياحية ، منشورات دار علاء الدين ، ص: ٨

(٢) صافي مجلد (١٤٣٠هـ) منع الجمعيات غير المتخصصة من الإطعام الخيري ، تقرير هاني اللحياني ، صحيفة عكاظ ، العدد ٢٩٥٨

(٣) الاحتياجات الغذائية : هي اقل كمية من العناصر الغذائية المأخوذة التي يمكن بواسطتها المحافظة على الوظائف

الطبيعية للجسم ولسلامته ، منى عبد القادر ، التغذية العلاجية ، مجموعة النيل العربية ، ص: ١٥

(٤) احمد أبو الفتوح ، عبدالرحمن ماريه ، عصام الجفري (١٤٣٠هـ) تقدير واختيار إنفاق الحاج القادم من الخارج خلال عام ١٤٢٩ هـ ، ملتقى أبحاث الحج التاسع ، ص: ١١-١٢

الحاج على الطعام أحتل البند الثالث في ميزانية إنفاقه ، وقدرت نسبة الإنفاق ١٠,٧ ٪ بمتوسط قدره ١٥٣٧,٥ ريال ، وأن نسبة حجاج الخارج المستفيدين من الطعام الخيري بلغت ٨٦,٢ ٪ في مقابل ١٣,٨ ٪ من حجاج الداخل(١)

تؤثر وجبات الإطعام الخيري في الكفاية الغذائية للحاج ؛ لأن الوجبة الغذائية الصحية ليست مجرد إشباع الحاج ، أو ملئ معدته بالطعام بل لابد أن تحقق له العديد من الوظائف الغذائية والاجتماعية والنفسية ، وتلبي احتياجاته الغذائية ، فمن الوظائف الغذائية لوجبات الإطعام الخيري في الحج أنها تمد الجسم بالطاقة التي تساعد الحاج على أداء مناسكه ، وإلى بعض الأملاح المعدنية والماء لتعويض ما يفقده الجسم منها وخاصة عند ارتفاع درجة حرارة الجو والعرق الغزير والإصابة بالداء السكري ، كما تزود الأطعمة الوظيفية(٢) - التي تحويها وجبات الإطعام الخيري في بعض الأحيان - الحاج ببعض المركبات الحيوية (غير الغذائية) ذات التأثيرات الفسيولوجية النافعة التي تسهم في الحفاظ على صحة الجسم وحيويته ، وتساعد على مقاومة الأمراض وعلاجها ؛ في حين توفر تلك الوجبات بعض الوظائف الاجتماعية حيث تعمل على توطيد العلاقات الاجتماعية بين الحجاج ؛ أما الوظائف النفسية فطريقة توزيع الوجبة وأسلوب تقديمها ، وشكلها ، تعطي راحة نفسية للحاج وتحفظ له كرامته ، إضافة إلى أن الحالة النفسية قد تساهم في استخدام الحاج لكمية كبيرة من الوجبات أو تقلل من هذا الاستخدام.

تعد تقوية الأطعمة بالفيتامينات والأملاح المعدنية وبعض الأحماض الأمينية أحد العوامل الهامة في حصول الحاج على الكفاية الغذائية من خلال وجبات الإطعام الخيري الجافة والمطهية ، فعلى سبيل المثال يقوى الحليب بفيتامين (أ ، د) وتقوى العصائر المحفوظة بفيتامين ج ، في حين يقوى الدقيق الذي يدخل في عمل البسكويت والكعك والخبز بعنصر الحديد ومجموعة فيتامين ب المركب ، بينما يقوى الأرز بمجموعة فيتامين ب المركب في صورة حبيبات تشبه حبه الأرز ، ويعمل دمج نوعين من الأغذية على رفع القيمة الغذائية للمنتج ومن ثم الحصول الحاج على الكفاية الغذائية من جراء تناوله لتلك الوجبات ؛ لأن تقوية الأغذية لعبت دورا هاما في تحسين الوضع الغذائي للكثير من المجتمعات(٣)

تؤثر بعض العادات والسلوكيات الغذائية في حصول الحاج على كفايته من وجبات الإطعام الخيري بل تصل في بعض الأحيان إلى حد الإسراف و الهدر الغذائي من خلال حرص بعض الحجاج في

(١) باسم قاضي (١٤٢٩هـ) الإطعام الخيري في المشاعر المقدسة لموسم حج ١٤٢٩هـ ، الملتنقى العلمي التاسع لأبحاث الحج ، ص:

(٢) الأطعمة الوظيفية : وتعني الأطعمة أو احد مكوناتها تقوم بوظيفة وقائية أو علاجية علاوة على الوظيفة الغذائية ، خالد المدني ، الأطعمة الوظيفية ، المؤتمر العربي الأول حول صحة وسلامة الغذاء ، ٢٠٠٨ ص: ٣١

(٣) عمر عبيد (٢٠٠٨) المخاطر المرتبطة بتقوية الأغذية ، المؤتمر العربي الأول حول صحة وسلامة الغذاء ، ص: ٣٢

الحصول على أكبر كميته ممكنة من تلك الوجبات مما قد يعرضهم للتسمم الغذائي الناتج من سوء حفظ الوجبة ، وارتفاع درجة حرارة الجو ، والبيئة المحيطة بالوجبة بعد استلامها ، بينما يحرص البعض الآخر في الاستحواذ على أكثر من وجبة مطهية بهدف تناول اللحم أو الدجاج والتخلص من الباقي ؛ مما يؤثر على صحة وسلامة البيئة في المشاعر المقدسة . كما يعد فائض الجمعيات الخيرية من المواد الغذائية أهم سبب لتراكم النفايات في المشاعر المقدسة^(١) ، إضافة إلى افتقار بعض المتبرعين لثقافة الإنفاق الخيري ، فالمتبرع يتبرع في يوم عرفه فقط ، بل إن البعض يلقي بالوجبات من الناقلات والبرادات بطريقة عشوائية ، أو يخصص أكثر من وجبة لشخص يرغب في وجبة واحدة فقط بهدف التخلص مما تحمله الناقلة بأسرع وقت ممكن^(٢) (صورة ٢)

ولأهمية دراسة مكونات وجبة الإطعام الخيري في حصول الحاج على الكفاية الغذائية أجريت دراسة^(٣) لتقييم وجبات غذائية احتوت على وجبة مطهية وأخرى جافة ، وقد أظهرت نتائج التحليل الغذائي للمنتجات الغذائية ارتفاع محتواها من السكريات والصدويوم ، وأن السرعات الحرارية للأطعمة الخفيفة قد تراوحت ما بين ١٩٦٠-١٩٨٧ سعر حراري ، بينما كان متوسط السرعات للوجبة المطهية ٨٤٦,٥ سعر حراري ، ومحتواها من البروتين فقد بلغ ٩١ جم للوجبة التي يبلغ وزنها ٤٣٠ جم تقريبا ، مما يشير إلى حصول الحاج على كفايته الغذائية من السرعات الحرارية والبروتين من تلك الوجبات ، وخلصت دراسة^(٤) أجريت بهدف معرفة مدى توافق الوجبات المقدمة للحجاج مع احتياجاتهم الغذائية ، خلصت إلى أهمية زيادة المستهلك من الماء والعصائر ، والإقلال من كمية الأرز التي تفوق احتياجه (صورة ٣)

المناقشة والتوصيات

العمل الخيري له أهميته ؛ لما يمثله من انعكاس للقيم الإسلامية التي تحث على مساعدة الفقراء والمساكين وتحقق مفهوم التكافل الاجتماعي^(٥) وتولي الجمعيات والمبرات الخيرية جل اهتمامها للإطعام الخيري وخاصة في موسم الحج ، مما انعكس ذلك على طريقة التوزيع المنظم أو

(١) بسام مشاط (١٤٣٤هـ) مشاركون: ٧٥٪ من الوجبات الخيرية مصيرها للنفايات ، ملتقى المدينة الاعلامي ، صحيفة المدينة ، العدد ١٨٣٤٨

(٢) احمد نافع (١٤٣٤هـ) مشاركون: ٧٥٪ من الوجبات الخيرية مصيرها للنفايات ، ملتقى المدينة الاعلامي ، صحيفة المدينة ، العدد ١٨٣٤٨

(٣) هيفاء حجازي ، يسريه أبو المعاطي ، إيمان سالم (٢٠٠٤م) التقييم التغذوي للأطعمة المقدمة من خادم الحرمين الشريفين للحجاج أثناء الحج ، المجلة المصرية للبحوث الزراعية ، المجلد ٨٢ ، العدد ٢

(٤) أسامة عمر ، حسان بخاري ، إسلام حيدر (٢٠١١) الحالة الغذائية والصحية للحجاج الذين يتناولون والذين لا يتناولون الوجبة المقدمة من مؤسسات الطوافة في أيام الحج ، ملتقى الأبحاث الحج والعمرة .

(٥) مجيدة الناجم (٢٠٠٩) تصنيف الجمعيات الخيرية في المملكة العربية السعودية . دراسة مطبقة على منطقة مكة المكرمة ، مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية. العدد : ٢٦ ، مجلد ١ ص: ٢٨٧-٢١٨

العشوائي (صورة ٢) خاصة مع دخول أفراد لا علم لهم بأساسيات تداول الغذاء ؛ حيث يؤدي التوزيع العشوائي إلى الهدر الغذائي وامتهان للنعمة وكرامة الحاج ، هذا يستلزم عمل دورات تدريبية - تحت مظلته معهد خادم الحرمين لأبحاث الحج - للعاملين في مجال الإطعام الخيري في فن تقديم الطعام والأسلوب الأمثل في توزيع تلك الوجبات ، وتكون أحد الوثائق الهامة لممارسة توزيعها.

يلعب ارتفاع الوعي الصحي والثقافة الغذائية للحاج دورين هامين في الاستفادة من وجبات الإطعام الخيري ، وفي ضبط السلوك الغذائي له ، مما يقلل من تعرضه للعديد من المشكلات الغذائية التي تؤثر في صحته والكفاية الغذائية له ؛ لان غالبية الوجبات الخفيفة التي تقدم للحاج تحتوي على كميات عالية من الدهون المشبعة (ترانس) والسكريات البسيطة والصوديوم مما قد تسبب بعض الأضرار الصحية وخاصة بين الحجاج المصابين ببعض الأمراض المزمنة ؛ لأن انتشار الأمراض لا يرجع إلى نقص الخدمات الصحية الوقائية والعلاجية ، وإنما يرجع إلى عدم معرفة الفرد كيف يحافظ على صحته ويتحمل مسؤولية وقاية الآخرين^(١) وهذا يتفق مع دراسة^(٢) أظهرت إن الحاج يتعرض للعديد من المخاطر الصحية عند قيامه بمختلف مناسك الحج مما يؤدي إلى مجموعة متنوعة من الأمراض ، وأن ١٣,١٪ من المرضى يعاني من أمراض الجهاز الهضمي ؛ والتي ترجع إلى انخفاض الثقافة الغذائية من خلال الاحتفاظ بالوجبة او جزء منها لفترة طويلة^(٣) مما يستلزم استخدام كل وسائل التقنية الحديثة لتشجيع الحجاج على تقدير ما يحتاجونه من أغذية ، والاستخدام الأمثل للمواد الغذائية التي تقدم في الإطعام الخيري ، مع أهمية المحافظة على صحة وسلامة الغذاء من خلال إلزام موزعي الإطعام الخيري - للحصول على تصريح مزاوله هذا النشاط - بإزالة النفايات من حول البرادات للحفاظ على نظافة البيئة المحيطة

يعد السلوك الاستهلاكي الاتلافي المفرط في توزيع الوجبات الخيرية وفي تناولها بالمشاعر من أخطر الممارسات الغذائية (صورة ٤) ؛ لأنه يسبب إلى موارد الدولة ويؤثر في اقتصادها العام ، وقد يرجع ذلك إلى انخفاض ثقافة الحاج الاستهلاكية أو جودة الوجبة ، وهذا يتفق مع دراسات سابقة^(٤) مما يؤكد على أهمية إجراء أبحاث متخصصة في جودة الغذاء ، وتقييم العناصر الغذائية ،^(٥)

(١) بسام الأمامي (٢٠١١) مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس

محافظة معان ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد (١٤٥ الجزء الاول)

(٢) عبدالله الزهراني (٢٠١٠) نمط الأمراض المنتشرة بين الحجيج ، الملتقى العلمي العاشر لأبحاث الحج ، ص: ١٧

(٣) عبدالرحمن منصور (٢٠٠٧) أهمية الرقابة الصحية على منشآت الخدمات الغذائية ، ورشة عمل الخدمات الغذائية

المقدمة لضيوف الرحمن في موسم الحج ، أمانه المدينة المنورة

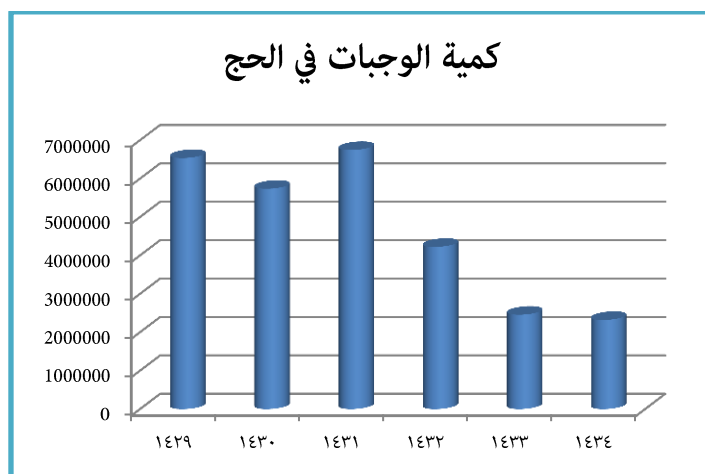
(٤) عبدالله السباعي (١٤٢٨ هـ) تقدير وتصنيف النفايات الناتجة من سفر الإفطار في المسجد الحرام ، معهد خادم

الحرمين الشريفين لأبحاث الحج جامعة أم القرى 166153 <http://uqu.edu.sa/page/ar>

(٥) عبدالله السباعي (١٤٢٨ هـ) دراسة نفايات الإطعام الخيري في ساحات المسجد الحرام وطرق تقليلها ، معهد خادم

الحرمين الشريفين لأبحاث الحج جامعة أم القرى ، <http://uqu.edu.sa/page/ar>

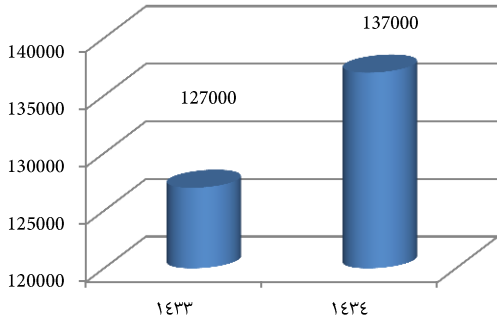
وتحديد كمية الوجبة المطهية بما يتناسب مع عادات الحاج الغذائية تحت إشراف معهد خادم الحرمين لأبحاث الحج ولجنة السقاية والرفادة للحد من الإسراف والسلوك الاستهلاكي الاتلافي. ولأهمية الأغذية الوظيفية للحاج وخاصة لمن يعاني من الأمراض المزمنة حيث أظهرت دراسة^(١) أجريت للتعرف على تأثير الطعام المتناول على أمراض الجهاز الهضمي بالحج بين المتناولين وغير المتناولين للوجبات المقدمة في المشاعر المقدسة ، ظهور بعض الأعراض المعوية المعوية في الحجاج الذكور والإناث بنسب مختلفة وخاصة بين المتناولين لتلك الوجبات ، إلا أن النسبة لم تتجاوز ١١٪ من العينة الكلية ، وكان من أهم الأعراض الإسهال وألم البطن ؛ لذا يجب الاهتمام بالأغذية الوظيفية عند تخطيط وجبات الإطعام الخيري من خلال توفير عبوات اللبن الرايب والزبادي ، وتعبئة وتغليف بعض الفواكه المجففة ذات القشور كالموز ، البرتقال ، الأناناس ، والمكسرات غير المملحة وذلك حسب الاحتياج اليومي والشروط الصحية ، مع ضرورة إشراف أخصائي التغذية على الوجبات الخيرية لتقدير الكمية المطلوبة أثناء التعبئة والتغليف حسب الاحتياج الغذائي اليومي بالاسترشاد بالهرم الغذائي (صورة ٥، شكل ١)



رسم بياني (١) انخفاض عدد الوجبات في الحج مما قلل من الهدر الغذائي

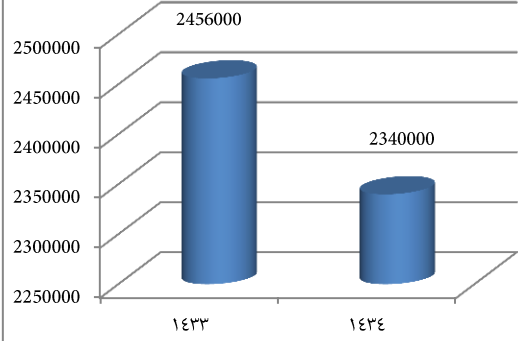
(3) Osama A. Shaikh-Omar, Eslam A. Header and Hassan M.(2013)BukhariDigestive Discomforts and Effect of Ingested Food in PeoplePerforming Hajj, Journal of Basic & Applied Sciences, 9, 341-347

الوجبات الساخنة

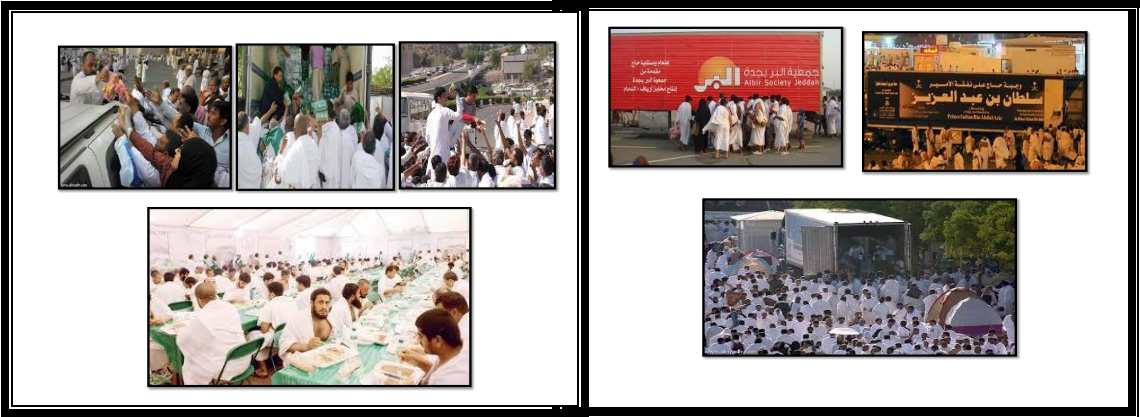


رسم بياني (٣) أعداد وجبات الإطعام الخيري الساخنة من خلال لجنة السقاية والرفادة

الوجبات الجافة



رسم بياني (٢) أعداد وجبات الإطعام الخيري الجافة من خلال لجنة السقاية والرفادة



صورة (١) تنظيم وضع البرادات حسب كثافة الحجاج صورة (٢) التوزيع العشوائي والمنظم للوجبات الخيرية



صورة (٤) الاستهلاك الاتلافي في الحصول على الوجبات الخيرية



صورة (٣) كمية الأرز تزيد عن الاحتياج الغذائي للحاج



شكل (١) الهرم الغذائي يوضح الاحتياج اليومي من الأغذية

صورة (٥) تقدير وتخزين كمية الوجبات الجافة عشوائيا