

THE EDUCATIONAL EFFECTS OF NUTRITIONAL EDUCATIONAL SYMPOSIUM LOADED ON RADCON NETWORK

Waked, shereen M. and Azza A. El-Gazzar
Agricultural Extension & Rural Development

الأثر التعليمي لندوة التثقيف الغذائي والمحملة على شبكة الرادكون
شيرين ماهر واكد وعزة عبد الكريم الجزار
معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية، مركز البحوث الزراعية

المستخلص

أجرى هذا البحث بهدف تحديد الأثر التعليمي لندوة التثقيف الغذائي والمحملة على شبكة الرادكون، وذلك من خلال التعرف على معلومات الريفيات قبل وبعد التعرض لندوة التثقيف الغذائي، وتحديد الفروق في درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد التعرض لندوة التثقيف الغذائي، والتعرف على مقترحات المبحوثات عن الموضوعات التي ترغبن في معرفتها.

وقد تم جمع بيانات البحث باستخدام إستمارة إستبيان بالمقابلة الشخصية مع مجموعة بحثية قوامها 172 مبحوثة من قرى الدراسة السبع بمحافظة الفيوم، وأسيوط، وكفر الشيخ، والبحيرة، والدقهلية، والإسماعيلية، ومراقبة النوبارية. وقد إتبع منهج القياس القبلي- البعدي لنفس المجموعة في المدى اللحظي، وقد عولجت البيانات كميًا وإستخدم في تحليلها إحصائياً معامل الارتباط البسيط، ومربع كاي، وإختبار ويلكوكسون، وإختبار لمقارنة الأزواج (t_D)، بالإضافة إلى العرض الجدولي بالتكرارات والنسب المئوية.

وقد توصلت أهم نتائج البحث إلى ما يلي:

1. وجود فرق معنوي بين درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي.
2. وجود علاقة ارتباطية بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والسن، وعدد سنوات تعليمهن، والحالة المهنية لهن.
3. عدم وجود علاقة ارتباطية بين التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والسن.
4. وجود علاقة ارتباطية بين التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والحالة المهنية للمبحوثات، وعدد سنوات تعليمهن.

المقدمة والمشكلة البحثية

تعتبر التغذية الصحيحة هي العامل الرئيسي المحدد لكفاءة الإنسان من النواحي الجسمية، والفكرية، والنفسية. فالغذاء يعتبر من أهم العوامل البيئية التي تؤثر في نوعية الحياة، فالإنسان بحاجة إلى إستهلاك الغذاء لتأمين قدرته على مزاوله عمله ونشاطاته، فالغذاء الجيد هو الذي يجعلنا أكثر قدرة على العمل وأقل عرضة للإصابة الأمراض.

وحيث أن الطعام هو وسيلة لتوفير العناصر الغذائية اللازمة لتأمين الطاقة اللازمة للحركة والنشاط، والنمو، ولجميع وظائف الجسم مثل التنفس، والهضم، والحفاظ على الدفء، كذلك المواد الضرورية لنمو الجسم، وتجده، وتعويض التالف من الأنسجة والخلايا، وأيضاً للوقاية من أمراض سوء التغذية المختلفة ومقاومة الأمراض، والحفاظ على سلامة جهاز المناعة، وهذه العناصر الغذائية يمكن تقسيمها إلى: عناصر غذائية كبرى نحتاجها بكميات وافرة وهي: الكربوهيدرات، والبروتينات، والدهون، وعناصر غذائية دقيقة نحتاجها بكميات صغيرة ولكن كثيراً ما يفتقدها النظام الغذائي وهي: المعادن مثل الحديد، والكالسيوم، والزنك، والفيتامينات مثل فيتامين أ، مجموعة ب، وفيتامين ج، وبالرغم من ذلك لا يمتلك البعض فكرة واضحة عن ماذا يعنى أن نأكل جيداً، وكيف نحقق ذلك بموارد محدودة خاصة في البلدان النامية (بورجيس، وجلاسوير، 2008).

فالغذاء الصحي المتوازن يجب أن يحتوى على جميع العناصر الغذائية تبعاً للمقننات لكل فرد حسب عمره، وجنسه، ومجهوده، والحالة الفسيولوجية، وأن يكون متنوعاً وفتحاً للشهية، و متمشياً مع العادات الغذائية السائدة في المجتمع، وأن يكون أمنأ و متمشياً مع الحالة الإقتصادية للأسرة (المعهد القومي للتغذية، 2006).

وقد اوضحت دراسة لمعهد بحوث تكنولوجيا الأغذية أن هناك نقص واضح في المتحصل عليه من بعض المغذيات الصغرى مثل فيتامين أ، وفيتامين ج، والحديد لكل من الأطفال والسيدات، كما أظهرت النتائج نقص عنصر الكالسيوم الذى يسبب لين العظام للأطفال وهشاشة العظام للبالغين وكبار السن، ويرجع ذلك لعدم توفر الوعى الغذائى، والثقافة الغذائية لدى ربة الأسرة وعدم إلمامها بالمعلومات الغذائية التى تمكنها من إعداد وجبة غذائية كاملة العناصر الغذائية الضرورية، هذا بالإضافة لوجود بعض العادات الغذائية السيئة مثل شرب الشاي بعد تناول الطعام مباشرة مما يؤدى لعدم الاستفادة من عنصر الحديد (المجلة الزراعية، ٢٠٠٤).

وقد بينت دراسة (حافظ، ١٩٩٥)، إنخفاض وعى الأمهات فى مجال الغذاء والتغذية بكفر الدوار، وأكدت دراسة (نور وأخرون، ١٩٩٩) انخفاض الوعى الغذائى للأمهات الريفيات بمحافظة البحيرة فيما يختص بمعرفتهن بالمجموعات الغذائية والقيمة الغذائية للأغذية المختلفة.

كما أظهرت دراسة (العسال، ونور، ١٩٩٩)، إنخفاض الوعى الغذائى للمبجوثات بالمصادر الغذائية للفيتامينات وأهميتها للجسم وأضرار نقصها، ومكونات الوجبة الغذائية الكاملة.

وأكدت دراسة (محسن، ٢٠٠٠)، أن غالبية الريفيات المبجوثات بمركز كفر الدوار يتسمن بإنخفاض مستواهن المعرفى بالغذاء والتغذية، وأوصت بأهمية تنظيم برامج لتثقيف الريفيات غذائياً.

وأوضحت نتائج دراسة (العسال، والهندي، ٢٠٠٠)، التى أجريت على تلاميذ المدارس الابتدائية ببعض قرى محافظة الإسكندرية والبحيرة أن ٣٥% من التلاميذ لا يتناولون وجبة الإفطار، وبالنسبة لمن يتناولون الإفطار فإن الغالبية العظمى منهم يتناولون وجبة ناقصة فى كميتها وغير مكتملة العناصر الغذائية، وأوصت الدراسة بضرورة تخطيط برامج إرشادية لتوعية الأمهات الريفيات بالأسس السليمة لتغذية الأطفال.

وأشارت دراسة (العسال، ٢٠٠٢)، إلى ارتفاع مستوى الإحتياج المعرفى للمرشدات الزراعيات فى البنود المتعلقة بمجال الغذاء والتغذية، وأوصت بضرورة عقد ندوات تدريبية للمرشدات الزراعيات العاملات بمراكز التنمية الريفية لرفع مستوى معارفهن فى مجال الغذاء والتغذية.

وقد أوصت دراسة (حافظ، والزلاقي، ٢٠٠٨)، بضرورة تكثيف البرامج الإرشادية المبسطة التى تهدف إلى التثقيف الغذائى والصحى والتوعية بأهمية التغذية المتوازنة الموجهة للمرأة الريفية لتزويدها بكل ما هو جديد من معارف ومهارات لإكسابها القدرة على أداء أدوارها ومسئولياتها بجدارة وفاعلية.

ولما كان الإرشاد الزراعى يستخدم العديد من الطرق والوسائل الإرشادية والتى تعتبر قنوات إتصال لنشر كافة المعلومات، والمساعدة على تبنى الممارسات المتعلقة بمختلف مجالات الزراعة المتعددة والإقتصاد المنزلى والأسرة الريفية (Robinson, et al.2005).

لذا يمكن القول بأن الإتصال هو قلب عملية التنمية التى تستهدف التأثير الواعى والمقصود على عقول الناس من خلال توصيل المعلومات بهدف مساعدتهم على تكوين رأى مناسب واتخاذ قرار صائب (الشافعى، ٢٠٠٨).

كما يعتبر الإتصال جوهر العمل فى التنمية الريفية على جميع المستويات حيث يتصل الميسر بالريفيين والريفيات لينقل لهم الرسالة التى تتضمن معلوماتهم فى حاجة إليها، مع تحفيزهم على الأخذ بها ووضعها موضع التنفيذ العملى. ويعرف الإتصال على انه عملية تفاعل وتأثير بين متصل، ومتصل به لنقل فكرة، أو اتجاه، أو عمل ما من خلال قنوات إتصالية بغرض تحقيق هدف مشترك بينهم (الصياد، ٢٠٠٨).

لذا فإن عناصر عملية الإتصال تشتمل على: المرسل وهو الشخص أو الأشخاص الذين يقومون بنقل وتوصيل المعلومات من مصادرها إلى جمهور الريفيين، والرسالة وهى المعلومات والأفكار والخبرات التى تصل للريفيين، وقناة الإتصال وهى الوسيلة أو الأداة التى تحمل أو تنقل أو توصل الرسالة إلى الريفيين، وأخيراً جمهور الريفيين والريفيات وهم المستهدفون من عملية الإتصال (الصياد، ٢٠٠٨).

ومع التقدم فى وسائل الإتصال والاستفادة منها فقد ظهرت وسائل إتصال حديثة تعتمد على الحاسب الألى عبر الإنترنت فى توصيل المعلومات إلى مختلف الأفراد، وهى شبكة الإتصال من أجل التنمية (الرادكون)، والى تستهدف تنمية الأسر والمجتمعات الريفية وتلبية احتياجاتهما من المعلومات والخبرات لتوسيع فرص الحياة الكريمة والحد من الفقر (الشاذلى، وقاسم، ٢٠٠٨).

و بما أن مكون التغذية يحتل جزءاً هاماً من أهداف التنمية وذلك لإرتباط التغذية ارتباطاً وثيقاً بكل ما يتعلق بالتنمية المتكاملة المستدامة، حيث يعتبر الإهتمام بالإرتقاء بالوعى الغذائى والصحى العامل المؤثر العملى للوصول إلى أحسن حالات الصحة، وحتى يمكن تحقيق ذلك لابد من نشر الوعى الغذائى السليم بين فئات الشعب المختلفة وخاصة الأم وذلك للإرتقاء بالصحة وللوقاية من سوء التغذية الناتج عن النقص أو الإفراط وما يتبعه من أمراض العصر المتعلقة بالغذاء (المعهد القومى للتغذية، ٢٠٠٦).

وحيث أن الوعي الغذائي للأسرة ضرورة هامة لحصول أفراد الأسرة على الاحتياجات الموصى بها من المغذيات، لذا يلعب التنقيف التغذوي دوراً حيوياً في تحسين التغذية وذلك بتحفيز ربة الأسرة على تبنى عادات غذائية صحية، وباعطائها ما تحتاجه من معلومات لإعداد وجبات مغذية آمنه ولتغذية كل فرد من أفراد الأسرة جيداً.

لذلك فقد تم استخدام الندوات الإرشادية كطريقة إتصالية حيث يستخدم فيها أساليب الإتصال بالمشاركة لتبادل معلومات فى موضوعات محددة خاصة بالتنقيف الغذائى لتعليم ربة الأسرة كيفية إعداد وجبات غذائية متكاملة العناصر الغذائية والتي تفى بحاجة الجسم من الكميات الموصى بها من المغذيات ، وزيادة وعيها بأهمية وجبة الإفطار، وتناول الخضار والفاكهة.

وبما أن المرأة بصفة عامة والريفية بصفة خاصة هي المسئولة عن تأمين التغذية الجيدة لأفراد أسرتها، فعليها أن تعي ماهي تشكيلة الأطعمة التي توفر نظاماً غذائياً صحياً سواء كانت مصادر الطعام ضئيلة أو وفيرة، لذا يجب أن يصل التنقيف الغذائى إلى كل فرد من أفراد الأسرة .

ولعل أهم دور تقوم به المرأة الريفية من بين أدوارها المتعددة داخل منزلها هو شراء و إعداد الطعام لأفراد أسرتها، لذا يجب أن يكون لديها المعلومات الكافية عن إختيار الغذاء الصحى السليم، ودور العناصر الغذائية المختلفة ومصادرها فى الأغذية (العسال، ٢٠٠٢)

لذا وانطلاقاً من أهمية العمل الإتصالى التعليمى وخاصة التنقيف الغذائى تتضح الحاجة إلى تقييم فاعلية ندوة التنقيف الغذائى التى يقوم بها الباحثين بمعهد بحوث تكنولوجيا الأغذية، بالإشتراك مع معهد بحوث الإرشاد الزراعى والتنمية الريفية، والمحملة على شبكة الرادكون، وذلك للتعرف على أثرها على الريفيات، ليتسنى التحقق من نجاح هذه الندوات ومدى مناسبتها لإحداث الأثر التعليمى المطلوب منها والتعرف على مقترحات الريفيات والموضوعات التى يرغبن فى معرفتها من أجل التوسع فى إستخدامها وتعميمها مستقبلاً لتنقيف وترشيد الريفيات فى جميع مجالات الإقتصاد المنزلى .

أهداف البحث:

إستهدف البحث بصفة رئيسية تحديد الأثر التعليمى لندوة التنقيف الغذائى والمحملة على شبكة الرادكون وذلك من خلال دراسة الأهداف الفرعية التالية:

- ١- التعرف على معلومات الريفيات قبل وبعد التعرض لندوة التنقيف الغذائى.
- ٢- تحديد الفروق فى درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد التعرض لندوة التنقيف الغذائى.
- ٣- تحديد العلاقة بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التنقيف الغذائى وكل من المتغيرات المستقلة المدروسة التالية: السن، وعدد سنوات التعليم، والحالة المهنية.
- ٤- تحديد العلاقة بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نظير التعرض لندوة التنقيف الغذائى وكل من المتغيرات المستقلة المدروسة التالية: السن، وعدد سنوات التعليم، والحالة المهنية.
- ٥- التعرف على مقترحات المبحوثات عن الموضوعات التى ترغب الريفيات المتعاملات مع الشبكة فى معرفتها.

الفروض الإحصائية:

- ١- لا توجد فروق معنوية بين درجات معلومات المبحوثات الريفيات قبل وبعد تعرضهن لندوة التنقيف الغذائى.
- ٢- لا توجد علاقة إرتباطية بين درجات معلومات المبحوثات الريفيات بعد تعرضهن لندوة التنقيف الغذائى والمتغيرات المستقلة المدروسة.
- ٣- لا توجد علاقة إرتباطية بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات الريفيات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التنقيف الغذائى والمتغيرات المستقلة المدروسة.

الأسلوب البحثى:

أولاً: التعاريف الإجرائية:

- ١- التنقيف الغذائى: يقصد به فى هذا البحث عملية مساعدة الريفيات فى الحصول على المعلومات اللازمة لهن عن أسس التغذية الجيدة، وأهمية تناول وجبة الإفطار، كذلك أهمية تناول الخضروات والفاكهة لكل أفراد الأسرة وذلك للمحافظة على صحتهم وحياتهم.
- ٢- الأثر التعليمى: يقصد به تحديد ما اكتسب من معلومات نتيجة التعرض لندوة التنقيف الغذائى من خلال قياس درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد التعرض لندوة التنقيف الغذائى.

٣- التغيير النسبي في درجات معلومات المبحوثات الريفيات : ويقصد بهذا التغيير درجات المعلومات المكتسبة الناتجة من الفرق بين درجات معلومات المبحوثات الريفيات قبل وبعد التعرض لندوة التثقيف الغذائي مقسومة على الدرجة القبلية مضموراً في ١٠٠.

ثانياً: منهج البحث:

إستخدم المنهج التجريبي بتصميم القياس القبلي والبعدي لنفس المجموعة في المدى اللحظي، وهو ذلك القدر من الإكتساب المباشر والذي يمكن إسترجاعه مباشرة. ويعتبر هذا التصميم الأنسب ليُتسنى عزل المتغيرات الأخرى التي قد تؤثر على المبحوثات والتي منها تعرض المبحوثات فيما بعد لمادة نفس الندوة المحملة على شبكة الرادكون.

ثالثاً : الطريقة البحثية:

أجرى هذا البحث في ست محافظات هي: الفيوم، وأسيوط، وكفر الشيخ، والدقهلية، والبحيرة، والإسماعيلية، بالإضافة إلى مراقبة النوبارية باعتبارهم من المحافظات التي ينفذ فيها الرادكون، وقد تم إختيار ٧ قرى عشوائياً بمعدل قرية واحدة من كل محافظة وقرية من مراقبة النوبارية .

وفي هذا البحث تم تحديد المجموعة البحثية تحت شروط محددة على النحو التالي:

- أن تكون المبحوثة متزوجة ومسئولة عن تغذية أفراد أسرتها.

- قبول الدعوة لحضور الندوة وقبول تطبيق القياس عليها قبل وبعد الندوة.

ونظراً للتأثير المتوقع للمحاضر فقد تم تثبيت المحاضر في جميع القرى محل الدراسة، وأيضاً المادة العلمية موضوع الندوة. وبذلك بلغ حجم المجموعة البحثية ١٧٢ مبحوثة موزعة كما يلي:

١٢ مبحوثة من قرية الأنصار محافظة أسيوط، و٢٦ مبحوثة من قرية منية قلين محافظة كفر الشيخ، و٢٥ مبحوثة من قرية كوم البركة محافظة البحيرة ، و١٩ مبحوثة من قرية أبو النور مراقبة النوبارية، و٣٠ مبحوثة من قرية القباب الصغرى محافظة الدقهلية، و٣٠ مبحوثة من قرية الجعافرة محافظة الفيوم، و٣٠ مبحوثة من قرية طوسون محافظة الإسماعيلية.

وقد استخدم الإستبيان بالمقابلة الشخصية كأداة لجمع البيانات اللازمة لهذا البحث، وذلك بعد إختيار إستمارة الإستبيان وتنفيذ تجربة أولية للندوة على مجموعة بحثية قوامها ٢٦ مبحوثة بقرية الطيبة محافظة كفر الشيخ، وبذلك أمكن إجراء التعديلات اللازمة للإستمارة والإطمئنان لطريقة القياس وتحديد المحتوى وآلية تنفيذ الندوة ليُتسنى تثبيتها في جميع الندوات في القرى السبع والتزام المحاضر بهذا .

وقد إشتملت الإستمارة على المحاور التالية:

١- بعض الخصائص الإجتماعية والإقتصادية للمبحوثة وشملت: عمر المبحوثة، عدد سنوات تعليمها، الحالة المهنية للمبحوثة.

٢- معارف المبحوثات الغذائية : وقد تم تحديدها وقياسها بإختيار للمعلومات تضمن (٢٦) عبارة وفقاً لمحتوى المادة العلمية المقدمة في الندوة موزعة كالتالي: فيما يتعلق بأهمية وجبة الإفطار وقد تم دراستها من خلال ثلاث عبارات، وفيما يتعلق بما هي الوجبة المتوازنة فقد تم دراستها من خلال (٨) عبارات، أما فيما يتعلق بأهمية ومصادر الفيتامينات والأملاح المعدنية فقد تم دراستها من خلال (١٥) عبارة، وتم معالجة إستجابة المبحوثات كمياً بحيث أعطيت درجتان للمعرفة الصحيحة، ودرجة واحدة للإجابة الخاطئة. وبذلك تراوحت درجة معرفة المبحوثات ما بين ٥٢ درجة كحد أقصى، و٢٦ درجة كحد أدنى.

رابعاً: المتغيرات البحثية:

تم تحديد مجموعة من المتغيرات البحثية وفقاً لطبيعة وأهداف البحث وهي:

أ- **المتغيرات المستقلة:** تمثلت في كل من عمر المبحوثات، وعدد سنوات تعليمهن، وقد استخدم الرقم الخام ، أما بالنسبة للحالة المهنية لهن فقد أعطيت درجتان للمبحوثة التي تعمل، في حين تم إعطاء درجة للمبحوثة التي لا تعمل.

ب- **المتغيرات التابعة:** تمثلت في التغيير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات الريفيات، ودرجات معلومات المبحوثات بعد التعرض لندوة التثقيف الغذائي.

خامساً: أدوات التحليل الإحصائي:

تم تحليل بيانات البحث باستخدام الأدوات وفقاً لطبيعة البيانات بالمقاييس الإحصائية التالية: معامل الارتباط البسيط، ومربع كاي، واختبار ويلكوكسون، واختبار t لمقارنة الأزواج (t_D)، والمتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، كما اعتمد على العرض الجدولي بالتكرارات والنسب المئوية في عرض البيانات.

النتائج ومناقشتها

أولاً: توزيع المبحوثات وفقاً للخصائص الاجتماعية والاقتصادية:

وجد من البيانات الواردة بالجدول رقم (١) أن أكثر من نصف المبحوثات (٥٣.٣%) في قرية القباب الصغرى بالدقهلية، و(٢٥%) من المبحوثات في قرية الأنصار بمحافظة أسيوط أعمارهن أقل من ٣٥ سنة، بينما (٥٢.٠%)، و(٥٠.٠%) من المبحوثات في قريتي كوم البركة، وطوسون بمحافظة البحيرة، والإسماعيلية على التوالي كانت أعمارهن تتراوح بين ٣٥ - ٥٠ سنة، في حين أن (٥٠.٠%) من المبحوثات في قرية الأنصار بمحافظة أسيوط كانت أعمارهن ٥١ سنة فأكثر، أما بالنسبة لعدد سنوات تعليمهن فقد وجد أن (٧٦.٧%) من المبحوثات بقرية أبو النور بمراقبة النوبارية، (٧٣.٧%) من المبحوثات بقرية الجعافرة بمحافظة الفيوم، (٦٨.٠%) من المبحوثات بقرية كوم البركة بمحافظة البحيرة، (٥٠.٠%) من المبحوثات بقرية الأنصار بمحافظة أسيوط كن أميات، مما يعكس إحتياج الريفيات إلى هذه الندوات التثقيفية لعدم تمكنهن من القراءة، وبالنسبة للحالة المهنية فقد تبين من النتائج أن (٧٥.٦%) من المبحوثات كن لا يعملن خارج بيوتهن.

جدول (١): الخصائص الاجتماعية والاقتصادية المدروسة للمبحوثات

ثانياً: توزيع المبحوثات وفقاً لمعلوماتهن الصحيحة قبل وبعد التعرض لندوة التثقيف الغذائي:

١- المعلومات الخاصة بوجبة الإفطار

فيما يتعلق بأهمية وجبة الإفطار فقد أوضحت النتائج الواردة بجدول (٢)، أن (٢٠.٩%) من المبحوثات في القرى المدروسة كن يعرفن أن شرب الشاي صباحاً لا يكفي ليحل محل الإفطار وذلك قبل التعرض للمعلومات الواردة بالندوة، ثم بعد تعرضهن لمحتوى الندوة أصبحت نسبتهن (٦٥.٧%)، وكانت أقل نسبة للمعلومات الصحيحة قبل التعرض للندوة (٦.٦%) للمبحوثات بقرية الجعافرة بالفيوم، ثم زادت نسبتهن بعد التعرض للندوة لتصل إلى (٤٠%)، في حين كانت أعلى نسبة للمعلومات الصحيحة قبل التعرض للندوة (٣٠.٨%) للمبحوثات بقرية منية قلين بكفر الشيخ، ثم زادت نسبة المبحوثات اللاتي أصبح لديهن معلومات صحيحة إلى (٨٤.٦%) وذلك بعد التعرض للمحتوى التعليمي للندوة. حيث أن إهمال أو عدم تناول وجبة الإفطار، أو تناول وجبة إفطار خفيفة أو الاعتماد في فترة الصباح على بعض الأطعمة الضعيفة كالبسكويت،

المجموع	محافظة أسيوط		محافظة كفر الشيخ		محافظة البحيرة		محافظة الدقهلية		محافظة الفيوم		محافظة الإسماعيلية	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
عمر المبحوثات: أقل من ٣٥ سنة	١٢	٢٥.٠	١٠	٣٨.٥	٨	٤٠.٠	١٦	٥٣.٣	١١	٣٦.٦	١٠	٣٣.٣
٣٥ - ٥٠ سنة	١٢	٢٥.٠	١٣	٤٦.١	٧	٣٦.٨	٨	٢٦.٧	١٤	٤٦.٧	١٥	٥٠.٠
٥١ سنة فأكثر	٤	٥٠.٠	٢	٨.٠	٤	٢١.١	٦	٢٠.٠	٥	١٦.٧	٥	١٦.٧
عدد سنوات التعليم: أمية	١١	٥٠.٠	١٧	٦٨.٠	١٤	٧٣.٧	١١	٣٦.٦	٢٣	٧٦.٧	١٠	٣٣.٣
أقل من ٦ سنوات	٢	٤١.٧	٢	٧.٧	٢	٨.٠	٢	١٠.٥	٢	٦.٧	٢	٦.٧
٦ - ٩ سنوات	٦	٨١.٣	٦	٢٣.١	١	٥.٣	١	١٣.٣	١	٣.٣	١	٣.٣
١٢ سنة	٥	٥٠.٠	٣	١٢.٠	٢	١٠.٥	٨	٢٦.٧	٤	١٣.٣	١٠	٣٣.٣
١٦ سنة	٢	٥٠.٠	١	٤.٠	٠	٠.٠	٢	٦.٧	٠	٠.٠	٣	١٠.٠
الحالة المهنية: لا تعمل	١٧	٩١.٧	٢٠	٦٥.٤	١٧	٨٩.٥	٢١	٧٠.٠	٢٦	٨٦.٧	١٨	٦٠.٠
تعمل	٩	٨١.٣	٩	٣٤.٦	٥	٢٠.٠	٢	١٠.٥	٩	٣٠.٠	١٢	٤٠.٠

يترتب عليها إنقاص الطاقة اللازمة للفرد مما يؤدي إلى نقص مستوى السكر في الدم والشعور بالصداع، واضطرابات معدية، وهزال، وعصبية، ذلك أن فترة الصباح فترة عمل طويلة وتحتاج إلى غذاء معتدل و متوازن في وجبة الإفطار (الرفاعي، والبسطويسي ٢٠٠٩).

كما يظهر من النتائج الواردة بجدول (٢)، إنخفاض نسبة المبحوثات في القرى المدروسة (١٩.٢%) اللاتي لديهن معلومات صحيحة قبل التعرض للندوة فيما يتعلق بأن وجبة الإفطار مهمة ولا تعوض بزيادة المتناول في وجبة الغذاء، ثم بعد التعرض لمحتوى الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة إلى (٦٥.٧%).

أما فيما يتعلق بأن الإفطار أهم وجبة طوال النهار فإن جميع المبحوثات في قرية الأنصار بأسبوط لم يكن لديهن المعلومة الصحيحة قبل التعرض للندوة، ثم وصلت نسبة المبحوثات اللاتي أصبح لديهن المعلومة الصحيحة بعد التعرض للندوة (٥٨.٣%)، ذلك أن وجبة الإفطار هي أهم وجبة على الإطلاق حيث تقطع فترة الصيام الطويلة طوال الليل، وتعتبر الوقود الفعال لإمداد المخ بالجلوكوز، كما أن وجبة الإفطار تمنع التصاق الصفائح الدموية ببعضها وتراكمها وبذلك يتم منع تكون الجلطات الدموية التي تسبب السكتة القلبية أو تجلط الدم المسبب لها، (Insel, et al., 2004).

٢- المعلومات الخاصة بالوجبة المتوازنة:

وفيما يتعلق بالوجبة المتوازنة فقد إتضح من النتائج الواردة بجدول (٢)، أن جميع المبحوثات في قرى الأنصار بأسبوط، وكوم البركة بالبحيرة، وأبو النور بالنوبارية، والجعافرة بالفيوم كان لديهن معلومات خاطئة قبل التعرض للندوة مؤداها أن صحة الفرد وقدرته على العمل تقاس بمقدار ما يتناوله من لحوم، ثم بعد تعرضهن للندوة أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة هي (٦٦.٦%)، و(٦٨%)، و(٦٣.١%)، و(٣٦.٦%) وذلك في قرى الأنصار، وكوم البركة، وأبو النور، والجعافرة على التوالي.

وإتضح من جدول (٢)، أن جميع المبحوثات بقرية الجعافرة بالفيوم كانت لديهن معلومة خاطئة قبل التعرض للندوة مؤداها أن صحة الفرد وقدرته على العمل تقاس بمقدار ما يتناوله من خبز، ثم بعد التعرض للندوة التثقيف الغذائي أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة (٤٠%)، ووفقاً لما ذكره (أبو العلا، ٢٠٠٦)، بأنه يجب أن يشتمل الغذاء اليومي على جميع العناصر الغذائية لضمان التوازن بين كمية الطعام ونوعيته.

وقد تبين أن (٢٩.٦%) من المبحوثات في القرى المدروسة كان لديهن المعلومة الصحيحة قبل التعرض للندوة بأن الفول يمد الجسم بالبروتين، وبعد التعرض للندوة فإن (٧٠.٩%) منهن أصبح لديهن المعلومة الصحيحة بأن الفول من البقوليات وهو من مصادر البروتين النباتي اللازم للنمو وتعويض الخلايا وتجديدها داخل الجسم (المعهد القومي للتغذية، ٢٠٠٦). والبروتين له وظائف عديدة ومتنوعة في الجسم، إذ لا يقتصر دوره على بناء الأنسجة فقط بل إكساب الجسم القدرة على المقاومة ضد الأمراض. لذا فمن الضروري أن يتوفر للإنسان ما يحتاجه من البروتين حتى تتوفر للجسم عوامل الصحة، وتستمر كل الأجهزة في أداء وظائفها بكفاءة تامة (Mina & Nancy, 2003).

كما تبين من جدول (٢)، أن جميع المبحوثات بقرية أبو النور بالنوبارية قبل التعرض للندوة كانت لديهن معلومة خاطئة بأن تناول الخبز والسلطة يعتبر وجبة متوازنة، ثم بعد التعرض للندوة التثقيف الغذائي أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة (٦٣.١%)، ذلك أنه على الرغم من أن الخبز يعتبر مصدراً هاماً للطاقة وبعض الفيتامينات مثل فيتامين ب، وبعض المعادن مثل الحديد وكذلك الألياف التي يحتاجها الجسم لمنع حدوث الإمساك، وكذلك السلطة هامة لإحتوائها على كثير من الفيتامينات وخاصة فيتامين ج، فيتامين أ، وكذلك تحتوي على المعادن خاصة الحديد والكالسيوم، وأيضاً الألياف إلا أن هذه الوجبة ينقصها مصدر عالي للبروتين، وبالرغم من وجود بروتين في الخبز ولكن لا يعتبر بروتين الخبز وحده عالي القيمة الغذائية ويجب تناول البقول معه في نفس الوجبة لجعلها أقرب إلى التماثل مع البروتينات الحيوانية مثل تناول الخبز مع الفول المدمس والسلطة (المعهد القومي للتغذية، ٢٠٠٦).

كما وجد أن جميع المبحوثات بقرى الأنصار بأسبوط، وكوم البركة بالبحيرة، وأبو النور بالنوبارية، والجعافرة بالفيوم كانت لديهن معلومة خاطئة بأنه ليس من الضروري إحتواء الوجبة المتوازنة على مصدر بروتين وطاقة وفيتامينات وذلك قبل التعرض للندوة، ثم أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة بقرى الأنصار بأسبوط، وكوم البركة بالبحيرة، وأبو النور بالنوبارية، والجعافرة بالفيوم هي (٦٦.٦%)، و(٦٠%)، و(٥٢.٦%)، و(٥٣.٣%) على الترتيب، حيث أن الوجبة المتوازنة أو التوازن الغذائي هو احتواء الطعام على جميع العناصر الغذائية الضرورية لبناء الجسم واستمرار طاقته النشطة بالنسب التي يحتاجها الجسم، ولهذا يجب أن يتكون الطعام من خليط متوازن من العناصر الغذائية الأساسية مثل

الكربوهيدرات، والدهون، والبروتينات، كذلك العناصر الغذائية الدقيقة مثل الفيتامينات، والمعادن، وأيضاً الألياف (Mahan and Escott-stump, 2004).

كما تبين أن جميع المبحوثات بقرى الأنصار بأسبوط، وكوم البركة بالبحيرة، والجعافرة بالفيوم، وطوسون بالإسماعيلية كن لا يعرفن قبل التعرض للندوة بأن تناول الشاي مع الأكل أبعده مباشرة يعطل إمتصاص الحديد، ثم بعد التعرض للندوة أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعلومة الصحيحة بقرى الأنصار بأسبوط، وكوم البركة بالبحيرة، والجعافرة بالفيوم، وطوسون بالإسماعيلية هي: (٥٠%، و٦٨%، و٥٢،٦%، و٣٣،٣%، و٦٦،٦%) على الترتيب، حيث أن تناول الشاي مع الأكل أبعده مباشرة يعطل إمتصاص الحديد لأنه يتحد بمادة التانين الموجودة في الشاي ويكون مركباً غير ذائب وغير قابل للإمتصاص، ولذلك يجب عدم تناول الشاي إلا بعد الأكل بساعة على الأقل ومع مراعاة عدم إضافة كمية كبيرة من السكر لتحلية كوب الشاي حتى لا يسبب ضرراً كبيراً على صحة الإنسان (الرفاعي، والبسطويسي ٢٠٠٩).

ويلاحظ أن (٥٨،٧%) من المبحوثات بالقرى المدروسة كن يعرفن قبل التعرض للندوة معلومة أن طبق الكشرى (أرز+عدس) أفيد من تناول الأرز فقط، وبعد تعرضهن للندوة زادت نسبة من لديهن المعلومة الصحيحة من المبحوثات بالقرى المدروسة إلى (٩٠،١%)، بأن تناول الحبوب والبقول في وجبة واحدة يرفع من القيمة الغذائية لبروتينات الحبوب والبقول معاً ويجعلها أقرب إلى التماثل مع البروتينات الحيوانية (المعهد القومي للتغذية، ٢٠٠٦). حيث أن البروتين النباتي لا يحتوي على الأحماض الأمينية الضرورية كلها ولكن بإضافة الحبوب إلى البقول يحدث التكامل الغذائي ويحصل الجسم على الأحماض الأمينية الضرورية (أبو العلا، ٢٠٠٦).

في حين أن جميع المبحوثات بقرية الأنصار بأسبوط كان لديهن معلومة خاطئة مؤداها أن طبق الكشرى يعتبر وجبة متوازنة وذلك قبل التعرض للندوة، ثم بعد التعرض للندوة أصبح (٥٠%) من المبحوثات لديهن المعلومة الصحيحة بأن وجبة الكشرى لكي تكون متوازنة يجب إضافة طبق من السلطة الخضراء (المعهد القومي للتغذية، ٢٠٠٦).

٣- المعلومات الخاصة بأهمية الفيتامينات والأملاح المعدنية:

وفيما يتعلق بأهمية ومصادر الفيتامينات والأملاح المعدنية، فقد أوضحت النتائج الواردة بجدول (٢)، أن (٦٦.٨%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن قبل حضور الندوة معلومة أن تناول الخضروات يساعد على منع الإمساك، بينما بعد التعرض للندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن المعلومة الصحيحة إلى (٩٣.٦%)، حيث تحتوى الخضروات على الألياف التى تساعد الجسم على التخلص من الفضلات والوقاية من الإمساك والوقاية من الأمراض المزمنة المتعلقة بالغذاء (توفيق، ٢٠٠٤).

كما تبين أن (٢٧.٩%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة قبل التعرض للندوة بأن من الضروري تناول الخضروات الطازجة يومياً، ثم أصبحت نسبتين بعد حضور الندوة (٧٢.٦%)، حيث أن الخضروات الطازجة مصدر هام لفيتامين ج، بالإضافة إلى أنها قليلة السعرات الحرارية، وتحتوى على الكثير من الفيتامينات، والمعادن، والألياف (Mahan and Escott-stump, 2004).

كما تبين أن (٣٠.٢%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن معلومة أن تناول ثمرة الفاكهة أفيد من تناول عصائرها وذلك قبل التعرض للندوة، ثم أصبحت نسبة المبحوثات اللاتى لديهن المعلومة الصحيحة بعد التعرض للندوة (٦٨.٦%) بأن تناول ثمرة الفاكهة أفيد من تناول عصائرها وذلك للحصول على نسبة عالية من الألياف، بجانب الفيتامينات والمعادن (Mahan and Escott-stump, 2004).

ويلاحظ أن (٢٩.٦%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن المعلومة الصحيحة بأن تناول العصائر الطازجة أفيد من العصائر المعلبة وذلك قبل حضورهن للندوة، ثم زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة بعد الندوة إلى (٦٨.٦%)، فالعصائر الطازجة أفضل من المعلبة لخلوها من المواد المضافة والمواد الحافظة (أبو العلا، ٢٠٠٦).

ويلاحظ أن (٣٩.٥%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معرفة صحيحة بمعلومة أن مجموعة الخضروات والفاكهة تمدنا بالفيتامينات والأملاح المعدنية والألياف وذلك قبل حضور الندوة، ثم بعد حضور الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة إلى (٧٧.٩%). فى حين أن (٢.٩%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معلومة صحيحة بأن الخضروات الورقية غنية بالحديد وذلك قبل التعرض للندوة، ثم زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة إلى (٥٧.٥%) ذلك أن كل ١٠٠ جم من الجرجير يحتوى على ٨.٣ ملجم من الحديد، كما يحتوى كل ١٠٠ جم من البقدونس على ٦.٦ ملجم من الحديد (Food Composition Tables, 2006).

وقد إتضح من جدول (٢)، أن (١٨.٦%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن قبل حضور الندوة معلومة أن الجوافة مصدر فيتامين (ج)، ثم بعد حضور الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة إلى (٦٢.٧%)، والجوافة من أغنى الفواكه بفيتامين (ج)، حيث يحتوى كل ١٠٠ جم من الجوافة على (٢٢٧ ملجم) فيتامين (ج)، فى حين يحتوى كل ١٠٠ جم من البرتقال على (٥٥ ملجم) فيتامين (ج) (Food Composition Tables, 2006).

كما أظهرت النتائج بجدول (٢)، أن (٤٥.٣%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن قبل حضور الندوة معلومة أن فيتامين (ج) يقوى المناعة ضد الأمراض، وبعد حضورهن للندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة إلى (٨١.٩%).

كما تبين أن (٠.٦%) فقط من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن قبل حضور الندوة معلومة أن فيتامين (ج) يساعد على إمتصاص الحديد، ثم بعد حضور الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة صحيحة بهذه المعلومة إلى (٥٤.٦%).

ويلاحظ أن (٤٧.١%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معرفة صحيحة بمعلومة أن عنصر الحديد هو عنصر هام للوقاية من فقر الدم وذلك قبل التعرض للندوة، وبعد حضورهن للندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة صحيحة بهذه المعلومة إلى (٨٧.٨%)، حيث أن تناول الأطعمة الغنية بفيتامين (ج) مع الأطعمة الغنية بالحديد يزيد من كمية الحديد التى يمتصها الجسم ويقي من الإصابة بالأنيميا (المعهد القومى للتغذية، ٢٠٠٢)، كما أن فيتامين (ج) يعمل على التئام الجروح، ويحافظ على سلامة أغشية الأنف والقم، ويقوى جهاز المناعة (Insel, et al., 2004).

وقد تبين أن (٤١.٨%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معرفة صحيحة بمعلومة أن الخبز الأسمر أفيد من الخبز الأبيض وذلك قبل التعرض للندوة، ثم بعد حضور الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتى أصبح لديهن معرفة صحيحة بهذه المعلومة إلى (٧٧.٩%)، حيث أن الخبز الأسمر مصدراً جيداً للبروتين

والحديد بجانب كونه مصدراً أساسياً للطاقة، كما أن به كميات مناسبة من فيتامين (ب) المركب والأملاح المعدنية (المعهد القومى للتغذية، ٢٠٠٦).

وقد إتضح من جدول (٢)، أن (٥١.٧%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كان لديهن معرفة صحيحة بمعلومة أن الألبان ومنتجاتها غنية بالكالسيوم وذلك قبل التعرض للندوة، ثم زادت نسبة المبحوثات اللاتي أصبح لديهن معرفة بالمعلومة الصحيحة إلى (٨٤.٣%)، حيث أن الألبان ومنتجاتها تعتبر أهم مصدر للكالسيوم، الذى يقوم ببناء العظام والأسنان، كما أن للكالسيوم دور فعال فى تجلط الدم، وأيضاً ضرورى لحركة العضلات ولسلامة الأعصاب، كما أنها غنية بالبروتينات (Mina & Nancy, 2003). ويلاحظ أن (٤٣.٦%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن قبل حضور الندوة معلومة أن تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم منذ الصغر يبقى من هشاشة العظام فى الكبر، وبعد حضورهن الندوة زادت نسبة المبحوثات اللاتي أصبح لديهن المعرفة الصحيحة بهذه المعلومة إلى (٨١.٩%) حيث أن الكالسيوم يقوم ببناء العظام والأسنان (توفيق، ٢٠٠٤).

كما إتضح أن جميع المبحوثات فى القرى المدروسة كن لايعرفن معلومة أن البقدونس غنى بالكالسيوم وذلك قبل حضور الندوة، ثم بعد تعرضهن للندوة أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعرفة الصحيحة بهذه المعلومة (٦٠.٤%)، حيث يحتوى كل ١٠٠ جم من البقدونس على ٢١٠ ملجم كالسيوم، ١٢٧٢ ميكروجرام فيتامين (أ) (Food Composition Tables, 2006).

واتضح من البيانات الواردة بجدول (٢)، أن (٢٠.٩%) من المبحوثات فى القرى المدروسة كن يعرفن معلومة أن فيتامين (أ) هام لقوة الإبصار، فى حين كان جميع المبحوثات فى قرىتي الأنصار بأسبوط، ومنية قلين بكفر الشيخ لا يعرفن هذه المعلومة وذلك قبل التعرض لمحتوى الندوة، ولكن بعد حضورهن الندوة زادت نسبة المبحوثات فى القرى المدروسة اللاتي أصبح لديهن المعرفة الصحيحة بهذه المعلومة إلى (٦٩.١%)، كما أصبحت نسبة المبحوثات اللاتي لديهن المعرفة الصحيحة بهذه المعلومة بقرىتي الأنصار بأسبوط، ومنية قلين بكفر الشيخ (٥٠%، و٩٢.٣%) على التوالي، ذلك أن نقص فيتامين أ يؤدي بشكل عام إلى ضعف النمو واختلال فى جهاز المناعة، مما يؤدي إلى تكرار الإصابة بالأمراض المعدية، وجفاف والتهاب ملتحمة العين، والإصابة بالعشى الليلي، وظهور خطوط مستعرضة فى الأظافر، وتشققات فى الجلد (Mahan and Escott-stump, 2004).

ثالثاً: الفروق بين درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى:

للتعرف على معنوية الفروق بين متوسطات درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى تم صياغة الفرض الإحصائى الفائق بأنه (لا توجد فروق معنوية بين درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد تعرضهن لندوة التثقيف الغذائى)، وبإختبار صحة هذا الفرض بإستخدام إختبار ويلكوسون، وإختبار (t_D)، أوضحت النتائج بجدول (٣)، أن القيمة المحسوبة تساوى (-٣.٠٧) وهى أقل من نظيرتها الجدولية وقيمتها (٧) عند مستوى معنوية (٠.٠١) وذلك بقرية الأنصار بأسبوط، نظراً لأن قيمة المجموع الأصغر أقل أو تساوى القيمة الحرجة الجدولية (علام، ١٩٩٣).

جدول (٣): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية الأنصار بمحافظة أسبوط قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة ويلكوسون (Z)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣١.٠٨	١.٨٨	-٣.٠٧***
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٣.٠٠	٥.٦٦	

ن=١٢ مبحوثه، والقيمة المعيارية لويلكوسون ومستوى معنوية عند (٠.٠١) = **معنوى عند مستوى (٠.٠١) "قيمة المجموع الأصغر أقل من أو يساوى القيمة الحرجة الجدولية"

كما أظهرت النتائج بجدول (٤)، أن القيمة المحسوبة تساوى (-٤.٤٦) وهى أقل من نظيرتها الجدولية وقيمتها (٧٥) عند مستوى معنوية (٠.٠١) وذلك بقرية منية قلين بكفر الشيخ، وذلك نظراً لأن قيمة المجموع الأصغر أقل أو تساوى القيمة الحرجة الجدولية (علام، ١٩٩٣).

وتبين من جدول (٥)، أن القيمة المحسوبة تساوى (-٤.٣٨) وهي أقل من نظيرتها الجدولية وقيمتها (٦٨) عند مستوى معنوية (٠.٠١) وذلك بقرية كوم البركة بالبحيرة، وذلك نظراً لأن قيمة المجموع الأصغر أقل أو تساوى القيمة الحرجة الجدولية (علام، ١٩٩٣).

وإتضح من جدول (٦)، أن القيمة المحسوبة تساوى (-٣.٨٣) وهي أقل من نظيرتها الجدولية وقيمتها (٣٢) عند مستوى معنوية (٠.٠١) وذلك بقرية أبو النور بالنوبارية، وذلك نظراً لأن قيمة المجموع الأصغر أقل أو تساوى القيمة الحرجة الجدولية (علام، ١٩٩٣).

كما أظهرت النتائج الواردة بجدول (٧)، أن قيمة (t_{D}) المحسوبة (٢٤.٥٩) وهي أكبر من القيمة الجدولية (٢.٤٦) عند مستوى معنوية (٠.٠١) ودرجات حرية ٢٩ وذلك في قرية القباب الصغرى بالدقهلية.

جدول (٤): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية منية قلين بمحافظة كفر الشيخ قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	قيمة ويلكوسون (Z)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣٢.٨٥	٦.٢٥	-٤.٤٦**
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٥.٥٥	٣.٢٦	

ن=٢٦ مبحوثات، والقيمة المعيارية لويلكوسون ومستوى معنوية عند (٠.٠١) = ٧.٥٥** معنوى عند مستوى (٠.٠١) "قيمة المجموع الأصغر أقل من أو يساوى القيمة الحرجة الجدولية"

جدول (٥): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية كوم البركة بمحافظة البحيرة قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	قيمة ويلكوسون (Z)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣٣.٣٦	٤.٢٩	-٣.٣٨**
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٥.٥٢	٢.٨٧	

ن=٢٥ مبحوثات، والقيمة المعيارية لويلكوسون ومستوى معنوية عند (٠.٠١) = ٦.٦٨** معنوى عند مستوى (٠.٠١) "قيمة المجموع الأصغر أقل من أو يساوى القيمة الحرجة الجدولية"

جدول (٦): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية أبو النور بمراقبة النوبارية قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	قيمة ويلكوسون (Z)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣١.٥٨	٢.٧١	-٣.٨٣**
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٢.٢٦	٤.٣١	

ن=١٩ مبحوثات، والقيمة المعيارية لويلكوسون ومستوى معنوية عند (٠.٠١) = ٣.٣٢** معنوى عند مستوى (٠.٠١) "قيمة المجموع الأصغر أقل من أو يساوى القيمة الحرجة الجدولية"

جدول (٧): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية القباب الصغرى بمحافظة الدقهلية قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	قيمة (t_{D})
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣٦.٦٣	٤.٥٤	٢٤.٥٩**
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٦.٦٠	٣.٨٧	

قيمة (t_{D}) الجدولية عند د.ح ٢٩، ومستوى معنوية (٠.٠١) = ٢.٤٦، ** معنوى عند مستوى (٠.٠١)

و تبين من جدول (٨)، أن قيمة (t_{D}) المحسوبة (١٧.٨٩) وهي أكبر من القيمة الجدولية (٢.٤٦) عند مستوى معنوية (٠.٠١) ودرجات حرية ٢٩ وذلك في قرية الجعافرة بالفيوم.

و إتضح من جدول (٩)، أن قيمة (t_{D}) المحسوبة (١٣.٣١) وهي أكبر من القيمة الجدولية (٢.٤٦) عند مستوى معنوية (٠.٠١) ودرجات حرية ٢٩ وذلك في قرية طوسون بالإسماعيلية.

وبناءً على النتائج السابقة أمكن رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائي وقبول الفرض البحثي القائل بأنه توجد فروق معنوية بين درجات معلومات المبحوثات قبل وبعد تعرضهن لندوة التثقيف الغذائي في قرى الدراسة. وإستناداً إلى هذه النتيجة يمكن القول بأن درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة قد زادت عن درجة معلوماتهن قبل التعرض للندوة، وقد يمكن إرجاع هذا إلى الأثر التعليمي المكتسب في المدى

اللحظى نتيجة تعرضهن للندوة وإستيعابهن للمعلومات الغذائية، بما يشير إلى الأثر التعليمى الذى أحدثته الندوة وقدرتها كطريقة إرشادية على توصيل المعلومة بصورة مبسطة ومفهومة.

جدول (٨): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية الجعافرة بمحافظة الفيوم قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابى	الإتحراف المعيارى	قيمة (t _D)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣٠.٥٣	٤.٩٩	**١٧.٨٩
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤١.١٠	٥.٢٩	

قيمة (t_D) الجدولية عند د.ح ٢٩، ومستوى معنوية (٠.٠١) = ٢.٤٦، ** معنوى عند مستوى (٠.٠١)

جدول (٩): الفرق بين درجات معلومات المبحوثات بقرية طوسون بمحافظة الإسماعيلية قبل وبعد تعرضهن لمحتوى الندوة

مجموعة المبحوثات	المتوسط الحسابى	الإتحراف المعيارى	قيمة (t _D)
درجة معلومات المبحوثات قبل التعرض للندوة	٣٥.١٣	٧.١٦	**١٣.٣١
درجة معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	٤٧.٥٣	٣.٩	

قيمة (t_D) الجدولية عند د.ح ٢٩، ومستوى معنوية (٠.٠١) = ٢.٤٦، ** معنوى عند مستوى (٠.٠١)

رابعاً: العلاقات الإحصائية بين المتغيرات البحثية:

لتحديد العلاقة بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى، والتغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة وكل المتغيرات المستقلة المدروسة، أظهرت النتائج الواردة بجدول (١٠) ما يلى:

- ١- وجود ارتباط معنوى سالب قيمته (-٠.٥٠٣) بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى (القياس البعدى) والسن عند مستوى (٠.٠١).
- ٢- وجود ارتباط معنوى موجب قيمته (٠.٧٠١) بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى (القياس البعدى) وعدد سنوات تعليمهن عند مستوى (٠.٠١).
وبذلك أمكن رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائى وقبول الفرض البحثى القائل بأنه توجد علاقة معنوية بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى (القياس البعدى) والسن وعدد سنوات تعليمهن.
- ٣- عدم وجود علاقة إرتباطية معنوية بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة والسن، وبذلك لم نتمكن من رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائى القائل بأنه لا توجد علاقة معنوية بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة والسن.
- ٤- وجود ارتباط معنوى سالب قيمته (-٠.٤٦٣) بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة وعدد سنوات تعليمهن.
وبذلك أمكن رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائى وقبول الفرض البحثى القائل "بأنه توجد علاقة معنوية بين التغير النسبى فى درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائى وعدد سنوات تعليمهن".
- ٥- وبإختبار معنوية العلاقة بين معلومات المبحوثات بعد التعرض لندوة التثقيف الغذائى والحالة المهنية للمبحوثات، تشير البيانات الواردة بجدول (١١)، أن (٦٢.٣١%) من المبحوثات ممن لا يعملن كانت معلوماتهن بعد تعرضهن للندوة أقل من (٤٤.٧٦) وهذه النسبة أكبر من مثيلتها بالنسبة للمبحوثات اللاتى يعملن (٢٣.٣٨%)، كما يتضح أن (٩٧.٦٢%) من المبحوثات ممن يعملن كانت معلوماتهن بعد التعرض للندوة أعلى من (٤٤.٧٦) وهذه النسبة أكبر من مثيلتها بالنسبة للمبحوثات اللاتى لا يعملن (٣٧.٦٩%)، وبإختبار معنوية العلاقة بإستخدام "مربع كاي" بلغت قيمته المحسوبة (٤٥.٦٩) وهى أكبر من مثيلتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) وتساوى (٦.٦٣٥) ويتضح من ذلك معنوية العلاقة، وبناءً على

ذلك أمكن رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائي وقبول الفرض البحثي القائل " بأنه توجد علاقة بين معلومات المبحوثات بعد التعرض لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والحالة المهنية للمبحوثات. وباختبار معنوية العلاقة بين التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والحالة المهنية للمبحوثات، تبين من جدول (١٢)، أن (٥٨.٥٦%) من المبحوثات اللاتي لا يعملن كانوا ذوى تغير نسبي في درجات المعلومات أعلى من (٣٦.٧٩) وهذه النسبة أكبر من مثيلتها بالنسبة للمبحوثات اللاتي يعملن (١٩.٠٥%)، كما تبين أن (٨١.٩٥%) من المبحوثات ممن يعملن كن ذوى تغير نسبي في درجات المعلومات أقل من (٣٦.٧٩) وهذه النسبة أكبر من مثيلتها بالنسبة للمبحوثات اللاتي لا تعملن (٤١.٥٤%) وبإختبار معنوية العلاقة باستخدام "مربع كاي" بلغت قيمته المحسوبة (١٩.٧٣٦) وهى أكبر من مثيلتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) وتساوى (٦.٦٣٥)، ويتضح من ذلك معنوية العلاقة، وبناءً على ذلك أمكن رفض هذا الجزء من الفرض الإحصائي وقبول الفرض البحثي القائل " بأنه توجد علاقة بين التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى ندوة التثقيف الغذائي والحالة المهنية للمبحوثات، وقد يرجع ذلك إلى انخفاض الدرجة القليلة للمبحوثات غير العاملات، وارتفاع درجة القياس البعدى والعكس بالنسبة للمبحوثات العاملات.

جدول (١٠): نتائج التحليل الإحصائي لقيم معاملات الارتباط البسيط بين معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى الندوة و التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة والسن وعدد سنوات التعليم كمتغيرات مستقلة

المتغيرات المستقلة	قيم معاملات الارتباط البسيط لمعلومات المبحوثات بعد تعرضهن للندوة	قيم معاملات الارتباط البسيط للتغير النسبي
السن	**٠.٥٠٣-	٠.٠٢٦
عدد سنوات التعليم	**٠.٧٠١	**٠.٤٦٣-

القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البسيط عند د.ح ١٧٠ ومستوى معنوية (٠.٠١) = ٠.١٩٧٢، معنوى عند مستوى ٠.٠١

جدول (١١): العلاقة بين درجات معلومات المبحوثات بعد تعرضهن لمحتوى الندوة والحالة المهنية للمبحوثات كمتغير مستقل

درجات معلومات المبحوثات بعد التعرض للندوة	الحالة المهنية		لا تعمل		تعمل		المجموع	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
أقل من ٤٤.٧٦	٨١	٦٢.٣١	١	٢.٣٨	٨٢	٤٧.٦٧		
أعلى من ٤٤.٧٦	٤٩	٣٧.٦٩	٤١	٩٧.٦٢	٩٠	٥٢.٣٣		
المجموع	١٣٠	١٠٠.٠٠	٤٢	١٠٠.٠٠	١٧٢	١٠٠.٠٠		

قيمة (X²) المحسوبة = ٤٥.٦٩، قيمة (X²) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) = ٦.٦٣٥، د.ح ١، (معنوى عند مستوى ٠.٠١)

جدول (١٢): العلاقة بين التغير النسبي في درجات المعلومات المكتسبة للمبحوثات نتيجة لتعرضهن لمحتوى الندوة والحالة المهنية للمبحوثات كمتغير مستقل

التغير النسبي في درجات المعلومات	الحالة المهنية		لا تعمل		تعمل		المجموع	
	العدد	%	العدد	%	العدد	%	العدد	%
أقل من ٣٦.٧٩	٥٤	٤١.٥٤	٣٤	٨٠.٩٥	٨٨	٥١.١٦		
أعلى من ٣٦.٧٩	٧٦	٥٨.٤٦	٨	١٩.٠٥	٨٤	٤٨.٨٤		
المجموع	١٣٠	١٠٠.٠٠	٤٢	١٠٠.٠٠	١٧٢	١٠٠.٠٠		

قيمة (X²) المحسوبة = ١٩.٧٣٦، قيمة (X²) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠١) = ٦.٦٣٥، د.ح ١، (معنوى عند مستوى ٠.٠١)

خامساً: مقترحات المبحوثات عن الموضوعات التي ترغبين في معرفتها:

إتضح من البيانات الواردة بجدول (١٣)، أن مقترحات المبحوثات عن الموضوعات التي ترغبين في معرفتها وذلك وفقاً لتكرار ورودها هي: إعداد الطعام بطرق صحية ومبهرة للأطفال، والطرق الصحية لتخزين الحبوب، وتغذية الأطفال في سن المدرسة، وتغذية الأطفال قبل سن المدرسة، وتغذية المراهقين، وتغذية المرأة الحامل، وتغذية المرأة المرضع، وتغذية مرضى الضغط، وتغذية مرضى السكر، وأخيراً تغذية المسنين، بنسبة (٩٤.٢%، ٨٣.٧%، ٥٩.٣%، ٥٢.٣%، ٤٧.٧%، ٤٤.٨%، ٣٩.٥%، ٣٦.٥%، ٣١.٩%، ٢٥.٦%) على الترتيب.

جدول (١٣): التكرار والنسب المئوية للموضوعات التي ترغب المبحوثات في معرفتها

الموضوعات التي ترغب المبحوثات في معرفتها	التكرار	%
١- إعداد الطعام بطرق صحية وغير تقليدية	١٦٢	٩٤.٢
٢- الطرق الصحية لتخزين الحبوب	١٤٤	٨٣.٧
٣- تغذية الأطفال في سن المدرسة	١٠٢	٥٩.٣
٤- تغذية الأطفال قبل سن المدرسة	٩٠	٥٢.٣
٥- تغذية المراهقين	٨٢	٤٧.٧
٦- تغذية المرأة الحامل	٧٧	٤٤.٨
٧- تغذية المرضع	٦٨	٣٩.٥
٨- تغذية مرضى الضغط	٦٢	٣٦.٥
٩- تغذية مرضى السكر	٥٥	٣١.٩
١٠- تغذية المسنين	٤٤	٢٥.٦

ن=١٧٢، سمح للمبحوثة بذكر أكثر من موضوع.

سادساً: التوصيات:

في ضوء النتائج التي أظهرها البحث فإنه يوصى بالآتي:

١. الإهتمام بإستخدام الندوات الإرشادية الخاصة بالنتقيف الغذائي كطريقة إرشادية قادرة على توصيل المعلومة بصورة مبسطة ومفهومة، ومحاولة تعميمها ونشرها في جميع القرى المصرية.
٢. الأخذ في الإعتبار المقترحات التي أدلت بها المبحوثات عن الموضوعات التي ترغبن في معرفتها.
٣. التوسع في إستخدام شبكة الرادكون لتتقيف الريفيات في جميع المجالات.

المراجع

- أبو العلاء، نبال عبد الرحمن (٢٠٠٦)، "أساسيات التغذية، المعهد القومي للتغذية، ج.م.ع.
- الشاذلي، محمد فتحي، وقاسم، محمد حسن (٢٠٠٨)، "وضع وإدارة المحتوى"، دورة إعداد المدربين في مجال الإتصال بالمشاركة وإدارة وتطوير المحتوى، course 1A، شبكة إتصال التنمية الريفية والزراعية (رادكون)، برنامج التعاون المصري الإيطالي، منظمة الأغذية والزراعة، المعمل المركزي للنظم الخبيرة، معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية.
- الشافعي، عماد مختار (٢٠٠٨)، "إستخدام قنوات الإتصال التقليدية"، دورة إعداد المدربين في مجال الإتصال بالمشاركة وإدارة وتطوير المحتوى، course 1A، شبكة إتصال التنمية الريفية والزراعية (رادكون)، برنامج التعاون المصري الإيطالي، منظمة الأغذية والزراعة، المعمل المركزي للنظم الخبيرة، معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية.
- الرفاعي، أحمد عبد العزيز، والبسطوي، أمل محمد (٢٠٠٩)، "ممارسات وعادات غذائية خاطئة، معهد بحوث تكنولوجيا الأغذية، مركز البحوث الزراعية، النشرات الفنية الزراعية، الإدارة العامة للثقافة الزراعية.
- الصياد، عبد الباسط (٢٠٠٨)، "الإتصال في المناطق الريفية"، دورة إعداد المدربين في مجال الإتصال بالمشاركة وإدارة وتطوير المحتوى، course 1A، شبكة إتصال التنمية الريفية والزراعية (رادكون)، برنامج التعاون المصري الإيطالي، منظمة الأغذية والزراعة، المعمل المركزي للنظم الخبيرة، معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية.
- العسال، أمال السيد (٢٠٠٢)، "الإحتياجات الإرشادية المعرفية في مجال الغذاء والتغذية لدى المرشحات الزراعيات في بعض محافظات الوجه البحري بجمهورية مصر العربية"، معهد بحوث الإرشاد الزراعي والتنمية الريفية، مركز البحوث الزراعية، نشرة رقم (٢٨٧).
- العسال، أمال السيد، والهندي، حسن (٢٠٠٠)، "دراسة الحالة التغذوية والصحية لأطفال المدارس الإبتدائية ببعض قرى محافظتى الإسكندرية والبحيرة ومدى علاقتها بالتحصيل الدراسي، مجلة الإسكندرية للبحوث الزراعية، المجلد ٤٥ العدد (١)، جامعة الإسكندرية.
- العسال، أمال السيد، ونور، سهير (١٩٩٩)، "العلاقة بين تناول الغذاء المحتوى على الفيتامينات المضادة للأكسدة ومقاومة بعض الأمراض الناشئة عن التلوث الهوائي"، مؤتمر آفاق الإقتصاد المنزلى وتحديات القرن الحادى والعشرين في حماية البيئة وتنمية المجتمع، كلية الزراعة، جامعة الإسكندرية.

- المعهد القومي للتغذية (٢٠٠٢)، "الغذاء وقاية وعلاج-أنيميا نقص الحديد، ج.م.ع.
- المعهد القومي للتغذية (٢٠٠٦)، "دليل الغذاء الصحي للأسرة"، الطبعة الخامسة.
- المجلة الزراعية (٢٠٠٤)، النمط الغذائي للأسرة المصرية، العدد ٥٥٢، السنة ٤٦، نوفمبر.
- بورجيس، أن، وجلاسوير، بيتر (٢٠٠٨)، دليل الأسرة التغذوي، منظمة الأغذية والزراعة التابعة للأمم المتحدة، روما، إيطاليا.
- توفيق، صفاء الحسين (٢٠٠٤)، "الغذاء الصحي (١)، برنامج التثقيف الغذائي، المعهد القومي للتغذية.
- حافظ، نيفين مصطفى (١٩٩٥)، "تخطيط وتنفيذ وتقييم برنامج إرشادي منبثق من الإحتياجات التدريبية الفعلية للمرأة في بعض مجالات الإقتصاد المنزلي بالإسكندرية وكفر الدوار"، رسالة دكتوراة، قسم الإقتصاد المنزلي، كلية الزراعة، جامعة الإسكندرية.
- حافظ، نيفين مصطفى، والزلاقي، سوزان صابر (٢٠٠٨)، "دراسة وتقييم مستوى وممارسات العاملات بكلية الزراعة جامعة الإسكندرية تجاه شراء وتخزين الزيوت مدعمة بدليل إرشادي"، مجلة الإسكندرية للبحوث الزراعية، المجلد ٥٣ العدد (١)، جامعة الإسكندرية.
- علام، صلاح الدين محمود (١٩٩٣)، "الأساليب الإحصائية الإستدلالية البارامترية واللابارامترية في تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي.
- محسن، مروى (٢٠٠٠)، "تخطيط وتنفيذ برنامج تدريبي وقياس أثره التعليمي في بعض أنشطة الإقتصاد المنزلي بين الفتيات الأميات والمتسربات من التعليم بقرية الوسطانية وكوم البركة مركز كفر الدوار محافظة البحيرة"، رسالة ماجستير، قسم الإقتصاد المنزلي، كلية الزراعة، جامعة الإسكندرية.
- نور، سهير، عصام غنيم، ولمياء عبد المجيد (١٩٩٩)، "الحالة التغذوية لعينة من أطفال المرحلة الابتدائية وعلاقتها بتعليم الأم ووعيها الغذائي بحضر محافظة الإسكندرية وريف محافظ البحيرة"، مؤتمر آفاق الإقتصاد المنزلي وتحديات القرن الحادي والعشرين في حماية البيئة وتنمية المجتمع، كلية الزراعة، جامعة الإسكندرية.
- Food Composition Tables For Egypt (2006): Nutrition Institute, second edition, Cairo.
- Insel,P.; Turner,E.R. and Ross,D.(2004): Nutrition, second Edition, Jones and Bartlett Publishers, Sudbury Massachusetts.
- Mahan, K. and Escott-Stump,s.(2004): Krause's food, Nutrition &Diet therapy, 11th edition , W.B. Saunders company, Philadelphia, USA.
- Mina,W.L. and Nancy, S.B.(2003): The meaning of human nutrition pengamen Press. INC . New York.
- Robinson,Laura; Mark,D; and Conner,B.(2005): County-level extension programming: Continuity and change in the Alabama cooperative extension system. Journal of Extension (On-Line) <http://www.joe.org/2005february/rb3.shtml>.

THE EDUCATIONAL EFFECTS OF NUTRITIONAL EDUCATIONAL SYMPOSIUM LOADED ON RADCON NETWORK

Waked, shereen M. and Azza A. El-Gazzar
Agricultural Extension & Rural Development

ABSTRACT

This research aims at determining educational effects of the nutritional educational symposium and loaded on RADCON network, through the identifying the rural women knowledge before and after exposure to a nutritional education

symposium, and differences between the degrees of respondent's knowledge before and after their exposure to a nutritional education symposium, in addition to identify the respondents suggestions about the subjects which are interested to know.

The research data were collected using a questionnaire through personal interviews of research group amounted to 172 respondents from seven villages Fayoum, Assiut, Kafr El-Sheikh, Bihara, Dakahlia, Ismailia governorates, and Nubariya directorate.

Based on pre- and post- Knowledge tests, in the immediate span, and using simple correlation coefficient, chi square, Wilcoxon test, t-test to compare the pairs, in addition to the percentages and frequencies for data analysis.

The study results obtained can be summarized as follows:

1. there was a significant difference between respondent's knowledge degrees before and after exposure to the content of nutritional education symposium.
2. There was a significant correlation between the respondent's knowledge after exposure to nutritional education symposium content and age, years of education, and Occupation status to them.
3. There was no significant correlation between the change in the relative degrees of the respondent's knowledge gained as a result of exposure to nutritional education symposium content and age.
4. There was a significant correlation between the change in the relative degrees of the respondent's knowledge gained as a result of exposure to nutritional education symposium content and the respondent's occupation, and years of education.

قام بتحكيم البحث

كلية الزراعة – جامعة المنصورة
مركز البحوث الزراعية

أ.د / محمود محمد الجمل
أ.د / عبد الحميد ابراهيم احمد

جدول (٢): عدد المبحوثات الريفيات اللاتي ذكرن الإجابة الصحيحة قبل وبعد تعرضهن للتدويع

معلومات	محافظة أسوط		محافظة كفر الشيخ		محافظة البحيرة		محافظة الغربية		محافظة المنيا		محافظة بني سويف		محافظة قنا		محافظة الأقصر		محافظة أسيوط	
	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%	عدد	%
هيمية وجبة الإفطار:																		
يغني شرب الشاي صباحا ليحل محل الإفطار	٣	٢٥.٠	٨	٦٦.٦	٨	٣٠.٨	٢٢	٨٤.٦	٣	١٢.٠	١٨	٧٢.٠	٤	٢١.٠	٤	٢١.٠	٤	٢١.٠
وجبة الإفطار مشى مهمة ويمكن تعويضها بزيادة المتناول في وجبة الغداء	٢	١٦.٧	٩	٧٥.٠	٨	٣٠.٨	١٩	٧٣.١	٥	٢٠.٠	١٥	٦٠.٠	٥	٢٠.٠	٥	٢٠.٠	٥	٢٠.٠
الإفطار أهم وجبة طوال اليوم	٠	٠.٠	٧	٥٨.٣	٤	١٥.٤	١٩	٧٣.١	٣	١٢.٠	١٧	٦٨.٠	٣	١٥.٤	٣	١٥.٤	٣	١٥.٤
الوجبة المتوازنة:																		
تقاس صحة الفرد وقدرته على العمل بمقدار ما يتناوله من لحوم	٥	٤١.٦	٩	٧٥.٠	٧	٢٦.٩	١٧	٦٥.٤	١٠	٤٠.٠	٢٠	٨٠.٠	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥
تقاس صحة الفرد وقدرته على العمل بمقدار ما يتناوله من الخبز	٢	١٦.٧	٩	٧٥.٠	٦	٢٣.٠	٢٠	٧٦.٩	٧	٢٨.٠	٢١	٨٤.٠	٧	٢٨.٠	٧	٢٨.٠	٧	٢٨.٠
تناول الخبز و السانطة يعتبر وجبة متوازنة	١	٨.٣	٨	٦٦.٦	٣	١١.٥	١٤	٥٣.٨	٤	١٦.٠	١٩	٧٦.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
ليس من الضروري إحضار الوجبة المتوازنة على مصدر بروتين وطاقة وفيتامينات	٠	٠.٠	٨	٦٦.٦	٧	٢٦.٩	٢٠	٧٦.٩	٠	٠.٠	١٥	٦٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
تناول الشاي مع الأكل أو بعده مباشرة يعطل امتصاص الحديد	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٢	٧.٧	٢٠	٧٦.٩	٠	٠.٠	١٧	٦٨.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
طبق العكس (أرز + عسل) أفيد من تناول الأرز فقط أو العسل فقط	٦	٥٠.٠	٩	٧٥.٠	١٤	٥٣.٨	٢١	٨١.٧	٢٠	٨٠.٠	٢٥	١٠٠.٠	١٢	٦٣.٢	١٢	٦٣.٢	١٢	٦٣.٢
طبق العكس (عصير الليمون مع الحليب)	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٩	٣٤.٦	٢٢	٨٤.٦	١	٤.٠	١٧	٦٨.٠	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥
القياسات والأحماض المعدنية:																		
تناول الخضروات يساعد على منع الإمساك	٧	٥٨.٣	٩	٧٥.٠	٢٠	٧٦.٩	٢٦	١٠٠.٠	٢١	٨٤.٠	٢٥	١٠٠.٠	١١	٥٧.٩	١١	٥٧.٩	١١	٥٧.٩
ليس من الضروري تناول الخضروات الطازجة يوميا	٠	٠.٠	٨	٦٦.٦	٤	١٥.٤	٢٠	٧٦.٩	٤	١٦.٠	١٩	٧٦.٠	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥	٢	١٠.٥
تناول ثمرة الفاكهة أفيد من تناول عصارتها	٢	١٦.٧	٧	٥٨.٣	١٠	٣٨.٥	٢١	٨١.٧	٨	٣٢.٠	١٨	٧٢.٠	٤	٢١.٠	٤	٢١.٠	٤	٢١.٠
تناول العصائر المعبأة أفيد من الطازجة	٤	٣٢.٣	٨	٦٦.٦	٧	٢٦.٩	١٧	٦٨.٠	٨	٣٢.٠	١٧	٦٨.٠	٥	٢٦.٣	٥	٢٦.٣	٥	٢٦.٣
مجموعة الخضروات والفاكهة تمدنا بالفيتامينات والأحماض المعدنية	٣	٢٥.٠	٨	٦٦.٦	٧	٢٦.٩	١٨	٦٩.٢	١١	٤٤.٠	٢١	٨٤.٠	٥	٢٦.٣	٥	٢٦.٣	٥	٢٦.٣
الخضروات الورقية غنية بالحديد	٠	٠.٠	٨	٦٦.٦	٢	٧.٧	١٦	٦١.٥	٠	٠.٠	١٤	٥٦.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
الجوافة مصدر فيتامين (ج)	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٦	٢٣.٠	١٧	٦٥.٤	١	٤.٠	١٥	٦٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
فيتامين (ج) يقوي المناعة ضد الأمراض	٤	٣٢.٣	٩	٧٥.٠	٧	٢٦.٩	١٩	٧٣.١	٩	٣٦.٠	٢٣	٩٢.٠	٨	٤٢.١	٨	٤٢.١	٨	٤٢.١
فيتامين (ج) يساعد على امتصاص الحديد	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٩	٣٤.٦	٢١	٨١.٧	٠	٠.٠	١٣	٥٢.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
عصير الحديد هام لتقوية من فقر الدم	٦	٥٠.٠	١٠	٨٣.٣	٩	٣٤.٦	٢١	٨١.٧	١٥	٦٠.٠	٢٤	٩٦.٠	٦	٣١.٦	٦	٣١.٦	٦	٣١.٦
الحيز الأبيض أفيد من الحيز الأحمر	٧	٥٨.٣	٩	٧٥.٠	١٢	٤٦.١	٢٠	٧٦.٩	١٤	٥٦.٠	٢٠	٨٠.٠	٩	٤٧.٧	٩	٤٧.٧	٩	٤٧.٧
الألبان ومنتجاتها غنية بالكالسيوم	٦	٥٠.٠	٩	٧٥.٠	١٤	٥٣.٨	٢١	٨١.٧	١٦	٦٤.٠	٢٢	٨٨.٠	١٤	٧٣.٧	١٤	٧٣.٧	١٤	٧٣.٧
تناول الأطعمة الغنية بالكالسيوم منذ الصغر يقى من هشاشة العظام في الكبر	٣	٢٥.٠	٩	٧٥.٠	٨	٣٠.٨	٢٠	٧٦.٩	١١	٤٤.٠	٢٤	٩٦.٠	٦	٣١.٦	٦	٣١.٦	٦	٣١.٦
القدونس غنى بالكالسيوم	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٠	٠.٠	١٨	٦٩.٢	٠	٠.٠	١٦	٦٤.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠	٠	٠.٠
فيتامين (أ) هام لقوة الإبصار	٠	٠.٠	٦	٥٠.٠	٠	٠.٠	٢٤	٩٢.٣	٧	٢٨.٠	١٤	٥٦.٠	١	٥.٣	١	٥.٣	١	٥.٣

