

شرکت مادر تخصصی بازرگانی دولتی ایران
شرکت خلد و خدمات بازرگانی منطقه هشت
(سهامی خاص)

موضوع

«بهنه سازی تولید و مصرف نان»

تهیه و تنظیم

اکرم فیوضاتی

پانزدهم آبان ۱۳۸۸

فهرست

صفحه	عنوان
۲-۴	مقدمه
۴	اهمیت و جایگاه نان در سبذخدایی خانوار
۴-۵	اصلاح الگوی مصرف در دو قسمت قابل بررسی است
۶	راهکارهای اصلاح از تولید تا مصرف
۶	راهکارهای اصلاح الگوی مصرف از طرف زنان
۷	روش صحیح نگهداری نان
۸-۷	نقش کلیدی زنان در اصلاح الگوی مصرف
۸	گزاره های دینی مربوط به تولید تا مصرف نان
۹	نتیجه
۱۰	منابع

مقدمه:

امام صادق (ع) فرمودند

نان را گرامی بدارید که برای ایجاد آن همه موجودات بین عرش و زمین به کار افتاده اند. (مکارم اخلاق)

گندم شاه غلات، هدیه خداوند است و همیشه از احترام و اهمیت ویژه ای برخوردار است مردم در هر جا قطعه ای از نان می یابند آن را می بوسند و در محل مناسبی می گذارند و یا در آب روان رها میسازند اکثر مردم از پا گذاشتن بر روی خرده های نان و ریختن آن در محل های ناپاک و داخل زباله را گناه می دانند زیرا نان را جلوه ای از ذات حق می دانند «در حدیثی از حضرت رسول (ص) آمده است نان را گرامی بدارید که برای تولید آن همه هستی تحت لوای عرش دست اندر کارند» (نگاه هستی) شماره ۴۸

همچنین فرمودند «خداوندان نان را برای ما مبارک گردان و بین ما و نان فاصله میفکن زیرا اگر نان نبود ما روزه نمی گرفتیم و نماز نمی توانستیم بخوانیم و توفیق انجام وظایف پروردگار را نداشتیم». امروزه در زنجیره بزرگ تولید گندم تا تهیه نان از مصرف بی رویه و نگرانی های ناشی از آن مطرح است و با توجه به اینکه امسال با هوشمندی رهبر معظم انقلاب سال آغاز حرکت بسوی اصلاح الگوی مصرف نامیده شد چه بهتر که این حرکت را هر چه بیشتر در جامعه و در کانون گرم خانواده ها با مدیریت صحیح و آموزش کافی و همچنین با بستر سازی مناسب نهادینه کنیم. اصلاح الگوی تولید و مصرف یک رسالت ملی است وقتی همه افراد در جامعه این اصل را رعایت کنند فرهنگ درست تولید کردن و درست مصرف کردن را می آموزند بنابراین استفاده از این نعمت الهی می تواند مستمر باشد اگر مردم در رابطه با نحوه درست مصرف کردن توجه شوند و آموزش ببینند این تحول عظیم منجر به صرفه جویی در جامعه و خانواده میشود و به یک رفتار پایدار و نهایتاً به یک فرهنگ در تمامی عرصه های مصرف تبدیل میشود. گندم نامناسب یکی از دلایل اصلی تولید آرد بی کیفیت است گشت گندم مرغوب و با کیفیت تنها راه افزایش تولید آرد مرغوب میباشد و نظارت کامل دولت بر کارخانجات آرد سازی نیز یکی از راه حلهای مناسب برای تولید آرد مرغوب میباشد. حجم انبوه ضایعات نان می تواند زمینه ساز بحران در امنیت غذایی کشور باشد بر این اساس اصلاح تولید گندم تا مصرف نان ضرورت و رسالت ملی است. در ایجاد ضایعات نان عواملی همچون (استحصال سبوس با ارزش از آرد - بیایتی زود رس نان - عدت به تازه خوری -

- خرید بیش از نیاز - ارزان بودن نان - کیفیت پخت نامطلوب نان - عدم تخمیر مناسب خمیر - عدم اهمیت در قداست و احترام نان و عادی شدن این امر در فرهنگ عمومی بیشترین سهم را دارد.

اهمیت و جایگاه نان در سبد غذایی خانوار

نان به عنوان قوت اصلی، سهم عمده ای در الگوی مصرف خانوارها دارد نان پایه و اصلی ترین ماده غذایی ایرانیان علی الخصوص خانواده های کم درآمد و همچنین ارزانتترین ماده در خانوارهاست «کشور ما از لحاظ مصرف سرانه نان، یکی از پرمصرف ترین کشورهای جهان است. نان بخش عمده ای از انرژی، پروتئین، مواد معدنی از جمله آهن، کلسیم و برخی از ویتامین ها همچون تیامین و نیاسین مورد نیاز روزانه مردم میباشد که نسبت به قیمت و وزن در مقایسه با سایر مواد غذایی همچون گوشت و شیر بیشترین ارزش غذایی را داراست» «نشریه کشاورزی و صنعت شماره ۳۲ اسفند ۸۰»

اصلاح الگوی مصرف در وقت قابل بررسی است

۱- تولید

۲- مصرف

در سطح تولید از مرحله تولید آرد تا تبدیل به نان و انتقال و توزیع به مردم را شامل میشود که نیاز است تولید کنندگان با رعایت فن آوری و به روز کردن ماشین آلات در خصوص تولید آرد با کیفیت و نان های متنوع مطابق با ذائقه مردم اقدام نمایند به طوری که از ظاهری جذاب - حجم مناسب و قابلیت هضم زیاد و همچنین قیمت مناسب برخوردار باشد و نیز مردم به راحتی بدون صرف وقت به آن دسترسی داشته باشند که این کار مستلزم آموزش نانوایان و گذراندن کلاسهای آموزشی جهت یادگیری طریقه صحیح نگهداری آرد در خبازیها و الک کردن آرد - اختلاط آرد - رساندن حرارت آرد به حد مطلوب - مراحل آماده سازی خمیر و مخلوط شدن در میکسر - زمان استراحت خمیر - عمل آوری و رسیدن خمیر - تشخیص ورآمدن خمیر - کنترل درجه حرارت خمیر - چانه گیری گرد کردن چانه ها - پهن کردن و فرم دادن خمیر - شرایط عمل آوری خمیر از آردهای ضعیف - شرایط عمل آوردن خمیر از آرد قوی - بهبود دهنده ها جهت تهیه خمیر - اثر نمک بر روی خمیر و نان - پخت نان - روش عرضه نان در بسته بندی های مناسب و تغییر نوع پخت نانها و رعایت بهداشت فردی - بهداشت تجهیزات - بهداشت و جایگزین کردن نانهای سنتی با نانهای صنعتی و با

توجیه نانوایان مبنی بر عوارض کار با تنورهای سنتی که شامل عوارض جسمی - عوارض پوستی - عوارض چشمی می باشد و آگاهی مردم از مزایای نانهای صنعتی از طریق رسانه های ملی یکی از ضرورت امر در اصلاح الگوی مصرف و تولید می باشد که در این راستا اولین دوره آموزشی تربیت مدرس با هدف آموزش به متصدیان واحدهای نانوائی با همکاری مرکز پژوهش های غلات شرکت بازرگانی دولتی به میزبانی شرکت غله و خدمات بازرگانی منطقه هشت با شرکت کارشناسان سازمان حرفه و فن و شرکت غله شمال غرب کشور با مباحث تکنولوژی پخت نان و فرآوری غلات ، تکنولوژی آرد و کنترل کیفی و بهداشت واحدهای نانوائی به مدت ۴ روز در شهرستان تبریز برگزار شد.

۲- مصرف:

در قسمت مصرف باید فرهنگ سازی نحوه اصلاح مصرف نهادینه شود و آموزش روش صحیح نگهداری نان بصورت بنر در نانوائیها و مراکز پر تردد شهر و فروشگاهها و همچنین آموزش و آگاهی و اطلاع رسانی و تبلیغات گسترده از طریق رسانه ها و آموزش از طریق مدارس - رسانه ها و تولید کنندگان - مقایسه الگوی مصرف در کشورهای گوناگون جهان و نوع برخورد و صرفه جویی همراه با ارائه اطلاعات و آمار بسیار موثر است چون مردم ایران به علت پیوند با دین و مظاهر مقدس دینی به خوبی سنت های نهادینه شده را می پذیرند و بدان ارجح می نهند لذا می توان در بخش آموزش از تعالیم و آموزه های دینی در جهت به اصلاح الگوی مصرف بیشتر استفاده کنیم اطلاع رسانی از طریق رسانه ها نقش بسیار موثری در بالا بردن اطلاعات علمی و آگاهی اقشار مختلف جامعه دارد مردم از طریق رسانه های خبری که منجر به بالا رفتن سطح آگاهی آنها نسبت به ارزش غذایی فرآورده های نان میشود و این افزایش سطح اطلاعات مصرف کنندگان رابطه مستقیم با افزایش تقاضا برای خرید نانهای معرفی شده از طرف رسانه ها و بتدریج جایگزین محصولات قبلی میشود بنابر این اگر بخواهیم رفتار کسی را تغییر دهیم اول باید نگرش او را تغییر دهیم و برای تغییر نگرش باید دانش او را تغییر داد و آموزش محور این تغییرات است چرا که رشد به دو صورت انجام می پذیرد ۱- از طریق بلوغ جسمی ۲- از طریق یادگیری و یادگیری به چند صورت انجام می پذیرد که عبارتند از ۱- آموزش ۲- مشاهده ۳- تقلید ۴- تجربه که حرف اول را می زنند که با آموزشها می توان تغییر رفتار صورت پذیرد . (ماهانامه صنعت آرد و غذا

شماره ۲۳ اردیبهشت ۸۸)

راهکارهای اصلاح از تولید تا مصرف

- استانداردار کردن و به روز کردن ماشین آلات تولید و روش های تولید
- آموزش هدفمند و مستمر مدیریت و کارکنان نانوايي
- مناسب کردن میزان سهمیه هر واحد با توان تولید نانوايي
- تشبیت کارگران ماهر در واحدهای نانوايي
- آموزش نحوه نگهداری صحیح نان به مردم
- بهبود وارینه های کیفی گندم
- اصلاح ساختار نان های سنتی
- استانداردار کردن اندازه ، وزن و کیفیت نان
- تهیه و تولید نان بلاستفاده از آرد با کیفیت
- ایجاد رقابت موثر و سازنده در بین نانویان
- عرضه نان در بسته بندی های مناسب

راهکارهای اصلاح الگوی مصرف از طرف زنان

- آموزش و ارتقاء سطح آگاهی زنان
- آموزش در مدارس توسط معلمان
- آموزش فرزندان و خانواده از طریق مادران
- آموزش صحیح نگهداری و مصرف بهینه
- تغییر ذائقه خانواده و استفاده از مواد غذایی جایگزین
- خرید در حد نیاز و پرهیز از خرید مازاد
- استفاده از ضایعات نان در غذاهای دیگر نظیر کوکو و آبگوشت و...
- داشتن برنامه غذایی هفتگی
- استفاده از نانهای حجیم بجای نانهای مسطح
- استفاده از تجر بیات زنان مسن تر و باتجربه

روش صحیح نگهداری نان

- حرارت نان باعث کپک زدگی زود رس آن میگردد از دسته کردن نان داغ جداً پرهیز شود
- قراردادن نان در یخچال بیات شدن نان را تسریع می نماید.
- هنگام خرید نان حتماً یک سفره ی پارچه ای یا پلاستیکی به همراه باشد، نانی که پس از سرد شدن با سفره حمل و نگهداری شود مطبوع تر و ماندگار تر خواهد بود.
- استفاده نکردن از ورقه روزنامه
- برش دادن نان به اندازه های دلخواه
- بسته بندی نان در کیسه های ترجیحاً پارچه ای
- نگهداری نان مازاد بر مصرف بصورت قطعات کوچک در فریزر و اجتناب از نگهداری نان در یخچال
- خرید نان به میزان مورد نیاز
- خرید نانهای سبوس دار باتوجه به ماندگاری و ارزش غذایی

نقش کلیدی زنان در اصلاح الگوی مصرف

برای این که تغییرات و اصلاحات در سطح عمومی فراگیر شود نیاز به اتحاد گروهی و همبستگی افراد دارد و در این میان خانواده اولین مجموعه است که اعضای آن به سهولت می توانند اتحاد و همبستگی در بین خود به وجود آورند و نسبت به شناخت عادت های اشتباه و حذف باورهای غلط اقدام نمایند چرا که لازمه اصلاح چارچوب ذهنی و ارتقای فرهنگی افراد، همکاری ، اتحاد و همبستگی میباشد و صمیمیت و تشابه های اخلاقی و عقیدتی یک خانواده ، زمینه ساز مناسبی برای این مشارکت و تغییر عادت ها میباشد.

هر تغییر مثبت در رفتار و عادت های نادرست یک خانواده به راحتی موجب اصلاحات موثری میگردد که در نهایت با جایگزین شدن روش های صحیح و بهینه ریشه های اقتصادی و فرهنگی خانواده و اجتماع را مقتدر و پایدار تر خواهد نمود به این دلیل که اغلب افراد در رفتارهای خود دارای برخی از عادت ها و باورهای سنتی در اشتباه هستند و به دلیل عدم آگاهی از واقعیت امر ناخواسته نسبت به انجام و تکرار آن اشتباهات دست می زنند غافل از

این که این باورهای غلط ضربه های اساسی به اقتصاد خانواده و اجتماع وارد خواهد کرد .
مصرف صحیح به معنای « کم مصرف کردن » نیست بلکه به معنای « استفاده مناسب و به جا »
از منابع مختلف است . اگر بخواهیم فردایی سالم و دنیایی قابل سکونت برای نسل های آینده
داشته باشیم باید در روش های مصرف منابع ملی و سرمایه های کشور تجدید نظر کنیم البته
رسیدن به الگوهای درست مصرف در جامعه بدون همکاری و همراهی زنان و مادران نتیجه
بخش نخواهد بود.

ترجمه تفسیری گزاره های دین در رابطه با نان

- فلینظر الانسان الي طعامه اسلام ، الویت اول در سرمایه گذاری را کشاورزی و دامداری می
داند (الکافی ج ۵ ص ۲۶۰)

- نان را نقطه مرکزی تغذیه انسان می داند و ایجاد فرهنگ مصرف صحیح را لازم
میشمارد (کافی ج ۶ ص ۲۸۷ و ص ۳۰۲)

- در مسیر تبدیل دانه به آرد گرفتن سبوس را مضر می داند (المحاسن ، برقی ج ۲ ص ۴۴۰)
- قرارداد خمیر در ظروف مناسب برای انجام فرآیند تخمیر را لازم می داند (وسائل الشیعه ج
۲۴ ص ۳۹۵)

- کمترین حجم ممکن در چونه خمیر برای خوراک یک نفر (کافی ج ۶ ص ۳۰۳)

- بیشترین زمان ممکن برای حرارت دیدن نان (کافی ج ۶ ص ۳۵۹)

- استفاده از نان سرد شده را پیشنهاد می نماید (کافی ج ۶ ص ۳۲۱)

اصلاح الگوی تولید و مصرف یک رسالت ملی است وقتی همه افراد در جامعه این اصل را رعایت کنند فرهنگ درست تولید کردن و درست مصرف کردن را می آموزند. برای این که تغییرات و اصلاحات در سطح عمومی فراگیر شود نیاز به اتحاد گروهی و همبستگی افراد دارد و در این میان خانواده اولین مجموعه است که اعضای آن به سهولت می توانند اتحاد و همبستگی در بین خود به وجود آورند و نسبت به شناخت عادت های اشتباه و حذف باورهای غلط اقدام نمایند چرا که لازمه اصلاح چارچوب ذهنی و ارتقای فرهنگی افراد، همکاری، اتحاد و همبستگی میباشد و صمیمیت و تشابه های اخلاقی و عقیدتی یک خانواده، زمینه ساز مناسبی برای این مشارکت و تغییر عادت ها میباشد. همچنین در سطح تولید نیاز است تولید کنندگان با رعایت فن آوری و به روز کردن ماشین آلات در خصوص تولید آرد با کیفیت و نان های متنوع مطابق با ذائقه مردم اقدام نمایند به طوریکه از ظاهری جذاب - حجم مناسب و قابلیت هضم زیاد و همچنین قیمت مناسب برخوردار باشد و نیز مردم به راحتی بدون صرف وقت به آن دسترسی داشته باشند که این کار مستلزم آموزش نانوایان و گذراندن کلاسهای آموزشی جهت یادگیری طریقه صحیح نگهداری آرد در خبازیها و پخت نان میباشد و نیز در قسمت مصرف باید فرهنگ سازی نحوه اصلاح مصرف نهادینه شود و آموزش روش صحیح نگهداری نان بصورت بنر در نانواییها و مراکز پر تردد شهر و فروشگاهها و همچنین آموزش و آگاهی و اطلاع رسانی و تبلیغات گسترده از طریق رسانه ها و آموزش از طریق مدارس - رسانه ها و تولید کنندگان - مقایسه الگوی مصرف در کشورهای گوناگون جهان و نوع برخورد و صرفه جویی همراه با ارائه اطلاعات و آمار بسیار موثر است اقدام شود. چون ما مردم ایران به علت پیوند با دین و مظاهر مقدس دینی به خوبی سنت های نهادینه شده را می پذیریم و بدان ارج می نهیم لذا می توان در بخش آموزش از تعالیم و آموزه های دینی در جهت اصلاح الگوی مصرف بیشتر استفاده کنیم

منابع

- مكارم اخلاق

- نگاه هستی شماره ۴۸

- نشریه کشاورزی و صنعت شماره ۳۲ اسفند ۸۰

- ماهنامه صنعت آرد و غذا شماره ۲۳ اردیبهشت ۸۸

- کافی جلد ۵ صفحه ۲۶۰

- کافی جلد ۶ صفحه ۲۸۷

- کافی جلد ۶ صفحه ۳۰۲

- المحاسن = برقی جلد ۲ صفحه ۴۴۰

- وسائل الشعیه جلد ۲۴ صفحه ۳۹۵

- کافی جلد ۶ صفحه ۳۵۹

- کافی جلد ۶ صفحه ۳۲۱