أثر Atar
الأسبوعية، العدد (143)، الخميس، 22 أكتوبر 2026م

بعد ارتفاع سعر رغيف الخبز:
ماذا يأكل الناس في السودان؟

فريق أثر

اللوحة من أعمال الفنان: محمد عثمان وقاي

المصدر: وسائل التواصل الإجتماعي

تتناقصُ أوزانُ الخُبز وترتفع أسعاره، بعد ارتفاع تكاليف صناعته، لينعكس ذلك بشكلٍ مُباشرٍ على حياة الأسر الفقيرة ومتوسّطة الدخل، في المدن والقرى السودانية التي يعتمد سكّانها على رغيف الخبز. في السابق، كان سكّان الريف بمنجاة من مثل هذه الأزمات؛ لأنّ الخبز كان يشغل درجات مُتدنِّية من سلّم اهتماماتهم الغذائية، ويندر أن تجد مخبزاً في قرية. لكن مع تغيُّر أنماط المعيشة، بات بالقرية مخبزٌ أو مخبزان أو ثلاثة، وأصبح الاعتماد الأكبر في الريف على الخُبز. هكذا، تتزايد الضغوط على الأُسَر لتأمين احتياجاتها الغذائية، بينما تضيق الخيارات أمام أصحاب الدخل المحدود الذين يجدون أنفسهم مُضطرّين إلى تغيير ما تعوّدوا عليه والبحث عن بدائل تتناسب مع إمكاناتهم المادية.

أم درمان: الراتب لا يكفي للخبز

بالنسبة إلى الزين أحمدي، وهو فنّي ديجيتال وتلفزيون، من سكّان الثورة الحارة 96، ويعمل في سوق صابرين، فإنّ رغيف الخبز كان مسألة عابرة في ميزانية أسرته قبل الحرب، أما اليوم فقد صار بنداً يقتضي منه أن يتحسّب له منذ شروق شمس كل يوم، شأنه شأن بقية السلع التي ارتفعت أسعارها.

يقول أحمدي لـ «أثَر»: «أعول أسرة من سبعة أفراد، ودخلي اليومي لا يقلّ عن 80 إلى 100 ألف جنيه، تذهب منه 10 آلاف جنيه إلى الخبز، أي ما يُعادل 25 قطعة، نتناولها في وجبتين فقط، الإفطار والعشاء، أما الغداء فثابت: قراصة قمح بدقيق السيقا، وسعره الكيلو 6 آلاف جنيه».

يُعطي أحمدي زوجته يومياً 20 ألف جنيه نقداً لمصروفات البيت والخضار فقط، أما اللحم فمن مسؤوليته: «أشتري نصف كيلو من اللحم البقري كل يومين، لا أكثر. يُضاف إلى ذلك 6 آلاف جنيه مصروف اثنين من أطفالي في المدرسة. هذه الثلاثية تبلغ 35 ألف جنيه، أي أكثر من ثلث دخلي، وهذا دون حساب تكلفة المواصلات اليومية». ويقول: «الحمد لله لا توجد أمراض مُزمنة في الأسرة، لكنني أتحسّب بالقليل للطوارئ التي قد تحدث دون سابق إنذار. وأُشارك في صندوق ادّخار جماعي (ختّة) بعشرة آلاف جنيه يومياً، يضمّ أغلب العُمَّال في السوق، وفيهم بائعات الشاي والطعام، وبعض (الفرّيشة) في سوق الخضار، ويُصرَف شهرياً بالقُرعة».

أما مصطفى آدم سعد، المعلّم بمدرسة حكومية بمحلية أمبدة، فلا يتعدّى راتبه 180 ألف جنيه، لذا يقول إنّ راتبه الأساسي لا يكفي حتى للخبز، لكن عائلته تملك منزلاً على الشارع العام، وهو ما أتاح له فرصة عمل تجاري صغير، فقد لاحت له فكرة أن يبيع اللبن مساءً على طاولة صغيرة أمام الباب، وبحمد الله بات يُحقِّق منه ربحاً يومياً لا يقلّ عن 70 ألف جنيه، حسبما يقول لـ «أثَر».

ويضيف مصطفى: «أنا مسؤول عن أسرة من عشرة أفراد، وأرعى إلى جانبهم ثلاثة أيتام هم أبناء أختي الصغرى. أشتري الخبز يومياً بمبلغ 20 ألف جنيه، وتزيد إذا كان هنالك ضيوف، بينما كان مبلغ خمسة جنيهات قبل عام 2022 كافياً لتغطية جميع الوجبات. ومع انقطاع الكهرباء المُتكرِّر، لا نجد الخبز أحياناً في مخبز الحي، فأضطر إلى قطع مسافات أبعد للحصول عليه».

أما بخصوص البدائل، فليس باستطاعة أسرة مصطفى، كما أخبر «أثَر»، أن تتناول الخبز في الوجبات الثلاث، لذا تصنع العصيدة أيضاً. يقول: «لا أشتري الذرة، فلأسرتي أراضٍ زراعية في القضارف لي فيها نصيب، ويُرسل لي أهلي منها جوالين كل عام. أعتقد أنني أفضل حالاً في مهنة بيع اللبن، وربما تقدّمت بطلب إجازة، أو حتى استقلتُ من التعليم، لأتوسّع في هذا العمل».

القضارف: لا خيار سوى الخبز

أدى ارتفاع سعر الخبز إلى تذمّر واسع لدى السكّان في مدينة القضارف، التي وصل فيها سعر الرغيفة الواحدة إلى 400 جنيه، بعد أن تدرّجت من 200 إلى 300 جنيه خلال الأشهر السابقة. وبحسب

رفيعة أحمد، وهي ربة منزل تقطن حي المطار بالقضارف، فإنّ الزيادة أثرت في الاستهلاك اليومي للأسر، وتقول: «نصرف مقابل الخبز مبلغ 12 ألف جنيه يومياً، وتزيد أحياناً في حال وجود ضيوف، ويزيد المبلغ بزيادة عدد أفراد الأسرة، وبدائل الخبز لا تقلّ تكلفة عنه، فالأرز والدقيق أسعارهما مرتفعة. ولعمل الكسرة لوجبتين مثلاً تحتاج إلى ثلاثة أكياس دقيق في اليوم، إضافة إلى خمسة أكياس فحم، ويُكلِّف ذلك ما يُقارب 40 ألف جنيه، لذا لا خيار سوى الخبز، أما الكسرة والعصيدة فلها أيام متباعدات، إذ لا يمكن الاعتماد عليها يوميًّا». وفي ظل ارتفاع سعر الذرة المتواصل ترى رفيعة أنّ البدائل تظل ضيقة ولا فكاك من استهلاك الخبز.

أما ع. م. وهو موظف حكومي ويسكن حي ديم النور، فيقول إنّ سعر الخبز ما زال يعادل ثلاثة أرغفة بألف جنيه، والخبز متوفر طوال اليوم ما عدا الفترة المسائية، وذلك لكثرة الزبائن العائدين من أعمالهم في ذلك الوقت. وبالنسبة للبدائل فيرى بدوره أنها لا تُغني عن الخبز، ويتفق مع رفيعة في أنها مكلفة أكثر من الخبز.

الشمالية: تغيُّر الأنماط الغذائية

ارتفع سعر الخبز في مروي خلال الأسبوع الماضي من ثلاثة أرغفة بألف جنيه سوداني إلى رغيفين بالمبلغ نفسه، بعد فترة من تقليص حجم الرغيف على نحو ملحوظ، دون تغيير حجمه عند تعديل التسعيرة. ورغم توفر الخبز بكميات كبيرة في المخابز، فإنها لا تشهد إقبالاً ظاهراً أو صفوفاً طويلة، إذ أصبحت تكلفته مرتفعة مقارنة بحجمه والقدرة الشرائية للسكّان.

وفي مجتمع يغلب عليه النشاط الزراعي، لجأ بعض كبار المزارعين الذين يحتفظون بمخزون من القمح في منازلهم إلى الإكثار من إعداد القراصة المحلية بدلاً من الخبز؛ لكن هذا الخيار لا يتوفر للأسر التي لا تملك مخزونًا غذائياً، بخاصةٍ العاملين باليومية الذين يعانون من شحّ الدخل، ما يضطرهم إلى تحمّل تكلفة الخبز أو تغيير وجباتهم اليومية. ومع ارتفاع أسعار سلع أساسية مثل الفول، اتجهت أسر إلى زيادة استهلاك الأرز والعدس، بينما أقبل آخرون على شراء بليلة الكبكبي والعدسية بكميات أكبر لتكون بديلاً بعد استقرار أسعارهما خلال الأسبوع الماضي. وتعكس هذه التحوّلات تفاوت قدرة الأسر على مواجهة ارتفاع تكاليف الغذاء، بين من يستطيع الاعتماد على مخزونه المنزلي، ومن يضطر إلى تدبير احتياجاته اليومية بدخل محدود.

نهر النيل: البدائل تحتاج إلى الغاز والكهرباء

محمد عبد الله، معلّم في الدرجة الخامسة، ويبلغ راتبه 180 ألف جنيه، وهو

أب لأربعة أطفال جميعهم في المرحلة الابتدائية. يقول في حديثه لـ «أتَر»، إنّ أسرته تعتمد اعتماداً تاماً على الخبز، خاصة مع فتح المدارس واعتماد أبنائه عليه في وجبة الإفطار في المدرسة. ويضيف أن الخبز متوفر، لكن المشكلة في ارتفاع تكلفته، إذ يبلغ سعر الرغيفتين ألف جنيه، ويوضح أن أسرته مكوّنة من ستة أشخاص ويحتاج إلى خبز بقيمة 10 آلاف جنيه يومياً. ويشير محمد إلى أن البدائل الممكنة تشمل دقيق القمح والأرز، إلا أن الاعتماد الأكبر يظل على الخبز، كما أن إعداد البدائل يحتاج إلى الغاز أو الكهرباء، وهما غير متوفرين باستمرار ما يجعل الاعتماد عليها يومياً أمراً صعباً.

أسامة عاطف، عامل بكافتيريا ويعول أسرته التي تتكون من خمسة أفراد: ثلاث شقيقات ووالدته. يبلغ الأجر اليومي لأسامة 30 ألف جنيه، ويعتمد عليه في توفير احتياجات أسرته. في حديثه لـ «أتَر»، يقول أسامة إن أسرته تحتاج إلى خبز بقيمة 8 آلاف جنيه يومياً، وهو ما يمثل عبئاً على ميزانية الأسرة في ظل ارتفاع الأسعار، ويشير إلى أن هناك بدائل للخبز مثل دقيق القمح ودقيق الذرة والأرز، إلا أن الاعتماد الأكبر يظل على الخبز.

الجزيرة: رداءة وانخفاض وزن

يُعاني القطاع الأعمّ من سكان ولاية الجزيرة حالياً من ارتفاع أسعار الخبز. ورصدت جولة لـ «أتَر» تباين أسعاره بين مكان وآخر، إلا إنه في الغالب يُباع بواقع رغيفة مقابل ألف جنيه، لكن الملاحظة العامة هي رداءة نوع الخبز وانخفاض أوزانه.

فاطمة عبد الصمد، موظفة بوزارة الصحة في ولاية الجزيرة، وهي أمّ لطفلين، وتتقاضى راتباً شهرياً قدره 144.530 جنيه سوداني، تقول لـ «أتَر» إنها باتت تشتري الخبز بعشرة آلاف يومياً، لإطعامها وأطفالها، وتضيف: «في بعض المخابز تباع الرغيفتان بألف جنيه، وفي بعضها 3 أرغفة بألف جنيه، لكنها في الحجم أقل من الاثنتين، بينما تبيع بعض المخابز 5 قطع من الخبز بألفي جنيه، ولا تقلّ هي الأخرى في الحجم والرداءة عن الاثنتين». وتقول فاطمة إنها بدأت تترك شراء الخبز وتعتمد قليلاً على الكسرة المصنوعة من دقيق الذرة، وهذه بدورها باتت أسعارها مرتفعة، وقالت: «كنت أشتري الطرَقة الواحدة بـ 500 جنيه، وحالياً تباع بألفي جنيه في مدينة ود مدني، وكنت أشتري 10 طرقات بـ 5 آلاف تكفيني وأطفالي لليوم، لكنها أصبحت بعشرين ألفاً، ولا يتيسّر لي هذا المبلغ يومياً».

بشير عصام مساعد، سائق رقشة ويعول أسرة مكونة من زوجة وخمسة أطفال، يقول لـ «أتَر» إنه كان يسمع قديماً بمقولة «ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان»، لكنه لمس عملياً خطأها، من خلال حديث الناس ومعاناتهم مع الخبز الذي أصبح مادة يومية

للنقاش، إذ لا يحيا الإنسان بغير خبز. ويقول عصام إنه كان يشتري خبزاً أسبوعياً لأسرته بمبلغ 60 ألف جنيه، لكنه الآن يشتريه بـ 120 ألف جنيه، وبأحجام أقل، وأضاف: «لو قلنا نتمّها كسرة فالذرة أيضاً أسعارها في السما».

أمّا المزارع بمنطقة «65 كمّل نومك» بمحلية المناقل، النعيم حامد عوض العليم، فيقول لـ « أتَر» إنّ «الخبز أصبح حلماً بعيد المنال، بعد أن كنا لا نعتمد عليه في السابق، لتوفر الذرة والقمح في مخازننا، لكن التدهور الذي أصاب المشروع وبنيات الري، وارتفاع تكاليف الزراعة، جعل المزارعين يتركون الزراعة ويصبحون مستهلكين للخبز، الذي أستعصى عليهم حالياً». ويضيف النعيم: «كنت أشتري الخبز في مايو الماضي بواقع 5 أرغفة بألف جنيه، صارت في يوليو 4 أرغفة وفي أغسطس 3 أرغفة، والآن في أكتوبر أصبحت أشتري رغيفتين بالمبلغ ذاته، وقد زرعت هذا العام 3 أفدنة من الذرة لحسن الحظّ، ولمّا لم يكن لديَّ مخزونٌ من العام الماضي، فقد اعتمدتُ على الخبز والذرة التي أشتريها من السوق، لكنهما الآن أستعصيا عليّ، وأنا مُزارع لا دخل لي ولا عمل غير زراعتي، فبدلاً من أجوع أصبحتُ أذهب إلى حواشتي التي تشارف على الحصاد الآن، لكنها لم تنضج بعد بالقدر الكافي، فأقطع بعض السنابل الجاهزة بمتوسط 60% وأُجفِّفُها وأحصدُها وأعبِّئُها في الجوال، أخرج منها بمقدار كيلة أو تزيد وأذهب بها إلى الطاحونة، ولا أستطيع انتظار الحصاد، فالجيعان فورة البرمة قاسية عليه».

متحدّثاً لـ «أتَر» يقول محمد صالح حبيب الله، وهو صاحب مخبز بالسوق الشعبي بود مدني، إنهم يشترون جوال الدقيق 25 كيلو من السوق الموازي بواقع 150 ألف جنيه، ولتر الغاز بما يُقارب العشرة آلاف جنيه، وجالون الجازولين بـ 90 ألف جنيه، وأجرة العامل تقترب من الخمسين ألف جنيه يومياً، والمتر من الحطب بأكثر من 150 ألف جنيه، وهو ما يجعل حبيب الله يقول إنهم لو باعوا الرغيفة بألف جنيه فإنها «ما بتغطي معانا».

شمال كردفان: أزمة بدائل

وفي شمال كردفان، بمدينة أم روابة، تُباع 3 أرغفةٍ من الخُبز بألفي جنيه، حيث يقترب جوال الدقيق 25 كيلو من سعر 180 ألف جنيه بعاصمة الولاية الأبيّض، التي تُباع فيها رغيفتا الخبز بألف جنيه، وفي بعض المخابز 3 أرغفة بألفي جنيه.

وقالت سماهر عوض الكريم، مديرة مدرسة ثانوية بمدينة الرهد بولاية شمال كردفان، إنّ معاناتهم مع الخبز انتقلت من الصفوف إلى ارتفاع سعره، ما جعل السكّان يُحجِمون عن شرائه. وتُوضح سماهر في حديثها لـ «أتَر»، أنه لا يوجد فرق

في السعر بين تكلفة الخبز وصناعة الكسرة أو العصيدة، إذ إنّ الحبوب الغذائية جميعها أسعارها مرتفعة، ما خلق ما سمّته «أزمة البدائل»، وأضافت: «البديل الوحيد المتاح أمامنا هو تقليص عدد الوجبات اليومية لوجبة واحدة في اليوم، إذ لا يمكن أن نصنع حلّة ملاح من العدم، ونجتهد من العدم لشراء رغيفات من الخبز يمكن أن يأكلها الشخص الذي يحملها من المخبز قبل أن يصل إلى المنزل!».

وفي مدينة الأبيض، يقول نصر الدين جبارة، وهو عامل يومية بسوق الأبيض، إنّ الجوع هو الخيار الوحيد الذي أصبح متاحاً لدى السكّان مع ارتفاع أسعار الخبز، وأشار إلى أنّ صافي دخله في اليوم يتراوح ما بين 20 و30 ألف جنيه، ولديه 6 أطفال، وأصبح يحتاج يومياً إلى خبز بـ 15 إلى 20 ألف جنيه، وزاد: «طَرقنا أبواب الكِسْرة فاستعصت هي الأخرى علينا».

وأمام مخبز التوحيد بمدينة بارا، الذي عاود نشاطه قبل أسابيع، يقول مالكه أحمد الماحي لـ «أتَر» إنه يفكر في التوقف عن العمل في هذا المجال لضعف أرباحه، وقال: «المواطنون يُحمِّلوننا تكلفة الغلاء وارتفاع الأسعار، بينما نحن مثلهم نعاني من ارتفاع تكاليف صناعة الخبز، ما يجعلنا مضطرين لتقليص الوزن أو زيادة السعر»، وقال: «نحو 40% من إنتاجنا اليومي يكسد فنضطر إلى تجفيفه وبيعه قرقوش». وأمام مخبزه، تجلس سهام عمر النصيح، بائعة كسرة، وتقول إنه في الأيام الأولى لارتفاع أسعار الخبز، كان الناس يأتون لشراء كميات من الكسرة منها، لكن مع الأيام قلّ «الزبائن» بسبب ارتفاع أسعار الكسرة أيضاً، وقالت: «الطرَقة كانت بألف جنيه، وحالياً بثلاثة آلاف جنيه»، وأشارت إلى توفرها مثل الخبز تماماً، لكن لا يوجد مشترون كما تقول، وأضافت: «السلع متوفرة ولا يوجد شراء، ولا أدري ماذا يأكل الناس؟».

كسلا وبورتسودان: ترشيد استهلاك الخبز!

في مدينة بورتسودان بولاية البحر الأحمر، ارتفعت أسعار الخبز لتصل إلى ثلاثة أرغفة مقابل ألف جنيه، بينما تبيع بعض المخابز رغيفتين فقط بالسعر ذاته. وبحسب محمود، صاحب مخبز بالمدينة، تأتي هذه الزيادة في ظل ارتفاع تكلفة الدقيق إذ يتراوح سعر الجوال زنة 25 كيلو بين 150 و160 ألف جنيه ما يزيد الضغوط على السكّان في ظل تراجع القدرة الشرائية وارتفاع تكاليف المعيشة.

وتنعكس هذه الزيادة على أنماط استهلاك الأسر التي باتت تبحث عن بدائل أقل تكلفة لتلبية احتياجاتها الغذائية. تقول نورة السيد، ربة منزل تسكن بحي ديم النور ببورتسودان، إن أسرتها قلّلت استهلاك الخبز في أيام محددة وأصبحت تلجأ إلى الأرز

بديلاً عنه يوماً أو يومين خلال الأسبوع، وتُوضِّح أن ارتفاع الأسعار أثّر على تنوّع الطعام، كما رفع إنفاق الأسرة على الخبز من نحو 5 آلاف في اليوم إلى 8 آلاف جنيه.

ولا تقتصر الضغوط على أسعار الخبز وحدها، بل تمتدّ إلى البدائل التقليدية التي اعتادت عليها الأسر السودانية. يقول محمد التوم، الموظف بإحدى المؤسسات الحكومية، إن راتبه الشهري لا يتجاوز 380 ألف جنيه وبالكاد يغطي الاحتياجات الأساسية والمواصلات، لذلك فهو يُفضّل (القرّاصة) بديلاً للخبز، رغم ارتفاع سعر الدقيق إذ إنّ سعر الكيلو يتراوح بين 5 و6 آلاف جنيه، مُشيراً إلى أنّ العصيدة والكِسرة اللتين كانت أسرته تعتمد عليهما سابقاً لم تعودا خياراً ميسوراً مع ارتفاع أسعار الذرة.

في ولاية كسلا، تبدو الأزمة مختلفة نسبياً، فالخبز متوفر إلى حدٍّ ما، لكن الحصول عليه لا يخلو من التحديات. يقول تاج الدين أحمد لـ «أتَر»، وهو سائق تاكسي بحي الدرجة، إنّ السكّان يواجهون أحياناً صفوفاً أمام المخابز نتيجة انقطاع الكهرباء مما يُؤثّر على الإنتاج، إلى جانب عدم توفر الوقود اللازم لتشغيل المولدات البديلة.

ويضيف تاج الدين، إنّ صافي دخله اليومي يتراوح بين 30 و50 ألف جنيه، في ظل التحديات المعيشية التي تواجهه من متطلبات أساسية ورسوم شهرية على الكهرباء والغاز وتعليم أبنائه الثلاثة، كما يشير إلى أنّ صفوف الرجال أمام المخابز تكون أطول من صفوف النساء في بعض الأحيان.

المدينة	السعر السابق	السعر الحالي	وزن قطعة الخبز
الخرطوم	ثلاثة أرغفة بألف جنيه	رغيفتان بألف جنيه في معظم المخابز	50 جراماً
كوستي، النيل الأبيض	ثلاثة أرغفة بألف جنيه	رغيفتان بألف جنيه	52 جراماً
الأبيض	ثلاثة أرغفة بألف جنيه	ثلاثة أرغفة بألف جنيه (لم تتغير التسعيرة)	53 جراماً
ود مدني	ثلاثة أرغفة بألف جنيه	5 أرغفة بألفي جنيه رغيفتان بألف جنيه	50–55 جراماً
بورتسودان	ثلاثة أرغفة بألف جنيه	رغيفتان بألف جنيه في بعض المخابز	48 جراماً

أَتَر
Atar
السودان ومحيطه

مجلة تصدر أسبوعياً عن
مركز سودان فاكتس للصحافة

FACTSD
FACTS CENTER FOR JOURNALISM

نعمل على السودان
من كل مكان

لزيارة موقع مجلة «أَتَر»:

atarnetwork.com

لزيارة موقع مركز سودان فاكتس للصحافة:

sudanfacts.org

لاستلام نسخة (pdf) من المجلة أسبوعياً

على البريد الإلكتروني،
الرجاء مراسلتنا مرة واحدة على:
atar@sudanfacts.org

على WhatsApp أو Signal،
الرجاء إرسال رسالة تحوي كلمة «أتر» أو «Atar» في التطبيق على الرقم:
+254743560204

للانضمام إلى شبكة مراسلي أَتَر في السودان الرجاء مراسلتنا على:

atar@sudanfacts.org

@atarnetwork