

# بين الهجير و الهبوب

توثيق لأساليب التبريد التقليدية في البيوت السودانية

## Amidst the Heat and Breeze

A Documentation of Traditional Cooling Practices in Sudanese Houses

صورة الغلاف بواسطة: **ليلى سراج**

"صبي في مدينة كسلا بالسودان، يلوذ بظل تجويف حائطي ليحتمي من هجير الشمس الحارقة."

Cover photo by: **Leila Suraj**

**@leila\_suraj.gallery**

"A young boy in Kassala, Sudan, seeks refuge within a shaded wall opening, shielding himself from the scorching sun."

# Content

## المحتويات

4	مقدمة
5	Introduction
8	1. طرق البناء - methods of building
10	2. التبريد بالطرق التقليدية - Traditional Cooling
12	3. زير الموية - water clay pot "Zeer"
14	4. السرير التقليدي "العنقريب" - Traditional Bed "Al-Angaraib"
16	5. توب الهزاز - Toub Al-Hazzaz
18	6. المشلعيب - Al-Mashlaeeb
20	7. الهبابة - "Handheld Fan" Al-Habbaba

# مقدمة

إن التغير المناخي يزيد من حدة وارتفاع درجات الحرارة حول العالم، مما يجعل الدعوة العالمية لمواجهة موجات الحر أكثر إلحاحاً من أي وقت مضى. وتزامناً مع اليوم العالمي للحد من مخاطر الحرارة في 2 يونيو، والذي ينظمه عالمياً الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC) ومركز المناخ التابع للصليب الأحمر والهلال الأحمر. مع التركيز بشكل أساسي هذا العام على "الحرارة داخل المباني". يأتي هذا الكتيب كانعكاس وتأمل نابع من القلب في الحكمة الأصيلة والممتدة لنمط الحياة السوداني التقليدي.

يأتي هذا الكتيب، الذي اخترنا له اسماً يجمع بين "الهجير" و"الهبوب"، ليعكس في معناه تلك الرحلة الممتدة من قسوة الحر الشديد ولفح الصيف إلى نسيمات الهواء العليقة التي تلتف الأجزاء. وقد جاء هذا الاختيار ليعبر بدقة عن الحكمة الأصيلة لنمط الحياة السوداني التقليدي في تحويل الهجير إلى هبوب بارد ومستدام. ويُعد هذا الإصدار نتاج جهد تعاوني بين منظمة التنمية العمرانية السودانية (SUDTT)، والهيئة العامة للأرصاد الجوية السودانية (SMA)، ومنظمة ريسرجنس (Resurgence)، حيث تم تطويره ضمن إطار مشروع (درجة-DARAJA).

إن هذا الكتيب هو شهادة حية نابغة بالكامل من قلب المجتمع، نُسجت خيوطها من الذكريات المشتركة، والتجارب المعيشية، والآراء القيّمة لأشخاص يعيشون الواقع ويدركون المعنى الحقيقي للبحث عن الظل في هجير الظهيرة.

وما يضيف روعة خاصة على هذه الممارسات الفطرية هو أنها ليست مجرد آثار من الماضي؛ بل إن العديد من الأدوات والممارسات المذكورة في هذه الصفحات، بدءاً من النسيمات المنعشة لـ "الراكوبة" وصولاً إلى الرطوبة الملطفة لـ "توب الهزاز"، ما زالت تُستخدم بنشاط حتى يومنا هذا من قبل الشعب السوداني لمواجهة الحر الشديد رغم التحديات الحديثة. ومن خلال توثيق هذه اللحظات من الإرث المحلي السوداني، فإننا نأمل في رفع الوعي بمخاطر الحرارة، مع الاحتفاء في الوقت نفسه بالابتكارات المريحة والمستدامة التي لا تزال تجعل من البيوت السودانية ملاذاً للبرودة والتواصل، جيلاً بعد جيل.

# Introduction

Climate change is turning up the heat around the world, making the global call to **#BeatTheHeat** more critical than ever. In commemoration of the **Heat Action Day** on June 2<sup>nd</sup>, coordinated globally by **the International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC) and the Red Cross Red Crescent Climate Centre**, with a vital focus this year on **Indoor Heat**, this booklet is a heartfelt reflection on the enduring wisdom of traditional Sudanese homes.

We chose a title that bridges Al-Hajeer (the intense, scorching midday heat) and Al-Haboob (the cool, refreshing seasonal breeze) to reflect the profound journey from the harshness of summer's blaze to the soothing winds that soften the air. This title was precisely chosen to capture the enduring wisdom of traditional Sudanese lifestyles in transforming blistering heat into a cool, sustainable breeze. This publication is a collaborative effort between **Sudan Urban Development Think Tank (SUDTT)**, **Sudan Meteorological Authority (SMA)**, and **Resurgence**, developed within **DaARAJA** project.

This booklet represent a living testament born entirely from the community. It is woven from the shared memories, lived experiences, and valuable feedback of everyday people who understand what it truly means to seek shade in the heat of the afternoon.

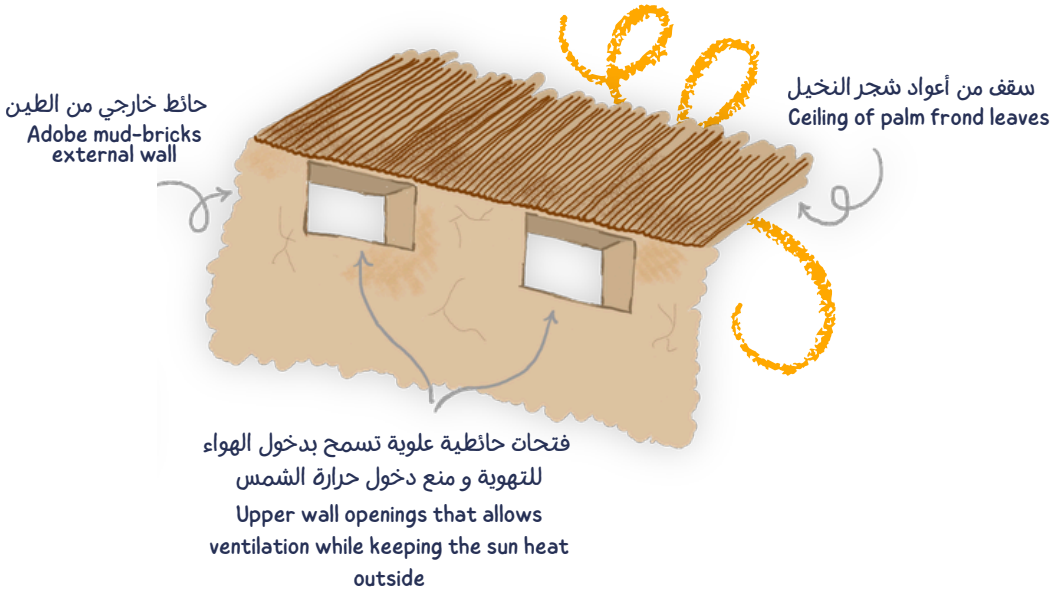
What makes these indigenous practices so beautiful is that they are not relics of the past; even today, amidst modern challenges, many of the items listed in these pages, from the cooling breeze of Al-Rakoba to the soothing moisture of Toob Al-Hazzaz, are still actively used by Sudanese people to combat the intense heat. By capturing a glimpse of Sudanese local heritage, we hope to raise awareness of heat risks while honoring the comforting, sustainable innovations that continue to keep Sudanese homes a sanctuary of coolness and connection, one generation after the other.



#BeatTheHeat  
#HeatActionDay

## طرق البناء.

تساعد طرق البناء التقليدية بشكل مباشر في تخفيف درجات الحرارة الشديدة على سكان المبنى؛ فمثلاً يُستعمل الطوب الطيني والذي يساعد على امتصاص الحرارة نهاراً وإطلاقها ليلاً، وبالتالي تلطيف الأجواء في فترات الحر والبرد على حد سواء. بالإضافة إلى ذلك، يُستعان بأعواد مصنوعة من جريد النخيل للسقف، مع عمل فتحات علوية تساعد في التهوية المستمرة وتمنع أشعة الشمس المباشرة من دخول المبنى.



## Building Methods.

Traditional building methods help reduce extreme temperatures for building occupants. Mud-brick are used in construction, they help absorb heat during the day and release it at night, to moderate the indoor climate during both hot and cold periods. This is also supported by covering roofs with palm frond leaves. High-level openings are made to facilitate continuous ventilation while preventing direct sunlight from entering the building.



“البيت يكون فيهو شبابيك صغيرة شديد و فوق قريبة من السقف عشان ما تدخل الشمس و في نفس الوقت تدخل هوا”

“The houses had tiny windows close to the ceiling; this kept the harsh sun outside while letting the cool breeze drift in.”

**رهاو عبدالرحمن - Rahwa Abdalrahman**



“البناء كان من المواد المحلية”

“They used local materials for building”

**جعفر ابراهيم -**

**Jafaar Ibrahim**

“كانوا بنوا بالطين و السقف يكون بأعواد النخل لأنها بتخلي البيت بارد كأنه ماف حرارة رغم وجود الشمس”

“They used to build with mud and the ceiling is made from palm straws as it keeps the house cool despite the sun heat”

**مثنوى عبود - Mathwa Aboud**

## التبريد بالطرق التقليدية.

تُعد "الراكوبة" من أهم المنشآت التقليدية داخل المنازل السودانية وخارجها؛ فهي ملاذٌ يحمي من أشعة الشمس المباشرة بفضل سقفها المصنوع من المواد الطبيعية. ولزيادة كفاءتها في التبريد، يعتمد البعض إلى إحاطتها بستائر من قماش الخيش ورشها بالماء، حيث تسمح طبيعة الخيش المسامية بتبخير الماء مع مرور النسيمات، ممّا يخفض حرارة المكان بوضوح. كما تكتمل هذه العملية برش الأرضيات الرملية بالماء، لتتحول الراكوبة إلى واحة من الرطوبة والانتعاش في قلب الهجير.



هذه المنشأة التقليدية تسمى "الراكوبة"

*This traditional structure is called "Al-rakoba"*

## Traditional Cooling.

"Al-Rakoba" is a traditional Sudanese structure built from natural materials to block direct sunlight. To boost its cooling effect, it is often enclosed with burlap fabric and splashed with water; the porous burlap evaporates the moisture as breezes pass through, significantly dropping the temperature. Dampening the sandy floor completes this process, turning the Rakoba into a cool, refreshing oasis amid the intense heat.



”بناء الراكوبة كان بالمواد المحلية و تكون مفتوحة  
من الجوانب عدا اتجاه الشمس“  
”Al-Rakooba was built using local  
materials and usually open from all  
sides except the one facing the sun“  
يوسف محمد - Yousif Mohammed



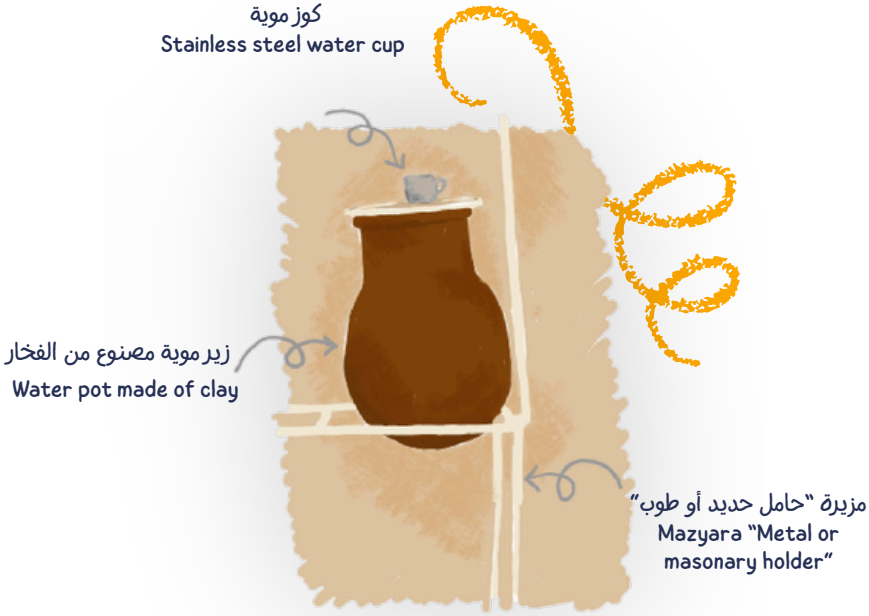
”بيتم رش الرمل الناعم عشان يلفف الجو“  
”sandy floor is sprayed with water  
to help cool down the air“  
علي آدم - Ali Adam



”حبوبة قالت مافي بيت ما يكون فيهو شجر“  
”no house is left without trees“  
مثنوى عبود - Mathwa Aboud

## زير الموية.

“زير الموية أو الماء” هو وعاء تقليدي مصنوع من الفخار، يساعد في تبريد مياه الشرب بفعالية حتى في أوقات الحر الشديد؛ ويعود ذلك إلى طبيعة الفخار المسامية التي تسمح برشح كميات ضئيلة من الماء إلى السطح الخارجي وتبخرها، وعندما يتبخّر هذا الماء بفعل الهواء المحيط، يسحب معه الحرارة من داخل الزير، فيبقى الماء بارداً ومنعشاً.



## Water Clay Pot "Zeer".

The “Zeer” (water pot) is a traditional clay vessel that effectively cools drinking water, even during intense summer heat. This is due to the porous nature of clay, which allows tiny amounts of water to seep through to the outer surface. As this water evaporates into the surrounding air, it draws heat away from inside the jar, keeping the water cool and refreshing.



“بيلفوا الزير بالخيش”

“Al-zeer was wrapped with burlap”

**Nada Haidar - ندى حيدر**

“

“كان عندنا أزيار من فخار و بلفوها بقطعة خيش مبلولة و مويته بتطلع باردة”

“We had water pots “zeer” that was wrapped with a burlap fabric and the water is always cold”

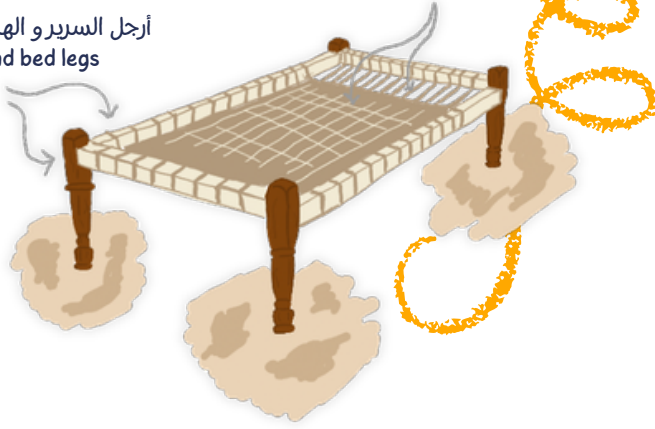
**Mathwa Aboud - مثنوى عبود**

## السريـر التـقليـدي “العـنقـريـب”.

يُعتبر “العنقريب” السريـر التـقليـدي الأكثر شهرة في السودان، وهو أداة ذكية للتكيف مع المناخ الحار داخل المنازل. يُصنع هيكل العنقريب من الخشب ويُنسج بعناية باستخدام حبال الخيش (السعف أو الدّمور). في أوقات الصيف، يعتمد الناس إلى رش العنقريب بالماء قبل الاستلقاء؛ وبما أن حبال الخيش مسامية بطبيعتها وتحفظ بالرطوبة، فإن مرور أي تيار هواء عابر يؤدي إلى تبخّر هذا الماء، مما يحوّل السريـر إلى مبرّد طبيعي يسحب السخونة ويمنح الجسد برودة وانتعاشاً هائلين.

حبل خيش مصنوع من ألياف نباتية  
Plant-based burlap rope

أرجل السريـر و الهيكل مصنوعة من الخشب  
Wooden frame and bed legs



## Traditional Bed “Al-Angaraib”.

“Al-Angaraib” is a traditional bed in Sudan. The frame of the bed is crafted from wood and carefully woven using burlap ropes (palm fiber). During the summer, people splash Al-Angareeb with water before lying down. Since burlap ropes are naturally porous and retain moisture, any passing breeze evaporates this water, transforming the bed into a natural cooler that draws out the heat and grants the body immense coolness.

“

“عناقيريب الهباب كانت بتتبيل بالموية عشان تترطب”  
 “Al-Alngaraib was were splashed with water to  
 keep them damp and cool”  
 Ali Adam - علي آدم

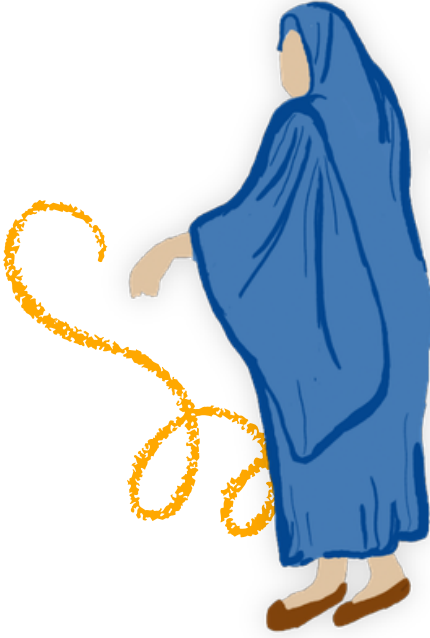


“

“العناقيريب بتتكون من حبل و خشب يسمح بدخول الهواء من تحت للجسم”  
 “Al-Alngaraib is made of natural rope and wood that allows  
 air to circulate from underneath”  
 Ali Adam - علي آدم

## توب الهزاز.

لمواجهة الحرارة الشديدة، ابتكرت النساء طريقة تقليدية فعالة لتبريد الجسم، وذلك عبر تبليل الثوب القطني السوداني "توب الهزاز" بالماء قبل ارتدائه. هذه الطريقة البسيطة تحول الثوب إلى مبرّد طبيعي يطفئ حرارة الجسم بفعل عملية التبخير.



ثوب تقليدي من القطن "توب هزاز" يبلل  
بالماء ليساعد في تبريد الجسم

Traditional cotton attire "Toub Hazzaz"  
sprayed with water to help with  
cooling the body

## Toub Al-Hazzaz.

To combat the extreme heat, women devised an effective traditional method to cool their bodies by dampening the Sudanese cotton attire, known as the "Toub Al-Hazzaz" with water before wearing it. This simple technique transforms the garment into a natural cooler, lowering body temperature through the process of evaporative cooling.

“

“بالنسبة للنساء رش تياب الهزاز بالموية”  
 “for the women, it’s splashing Toub Al-hazzaz with  
 water”

يوسف محمد - Yousif Mohammed



“

“تياب الهزاز سيدة الموقف!”  
 “Toob Al-Hazza is ruling the scene!”

نهال الزاكي - Nihal Alzaki

## المشلييب.

"المشلييب" هو أداة تقليدية تُصنع من الجبال أو سعف النخيل المُنسوج، وتُعلق في سقف الغرفة أو "الراكوبة". تُستخدم لحفظ الأطعمة والمأكولات بعيداً عن متناول القوارض والحيوانات الأليفة كالقطط. تعليق "المشلييب" عالياً بالقرب من السقف في مواجهة تيارات الهواء المارة عبر النوافذ الصغيرة العليا، يضمن بقاء الطعام متجدد الهواء وبارداً، مما يمنع تلفه دون وجود الثلاجات.



## Al-Mashlaeeb.

"Al-Mashlaeeb" is a traditional tool made from rope or burlap (palm fiber) and is hung from the roof of a room or a "rakoba." It is used to preserve food and meals by keeping them away from pests and animals such as cats. Hanging the "Mashlaeeb" high allows it to catch breezes flowing through roof openings, helping keep food fresh and cool while preventing spoilage without the use of refrigerators.



“

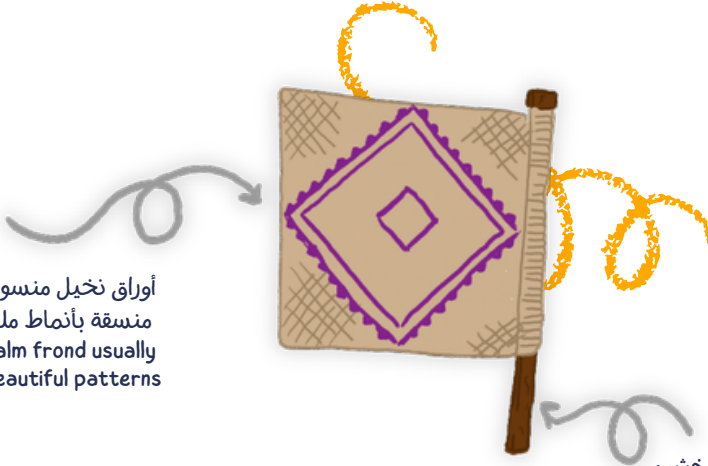
كانوا يشتغلوا بحاجة اسمها المشلعيب لحفظ الطعام عشان ما كان في كهربا”  
“They used to preserve food in something called Al-Mashlaeeb as  
there was no electricity”

عم علي - Uncle Ali

## الهبة.

تُعتبر الهبّابة من أبسط وسائل التهوية الفردية، فهي مروحة يدوية تُصنع بعناية من سعف النخيل بأشكال مختلفة، وتُصفي عليها الأشكال والزخارف الملونة لمسمة جمالية، لتتحول من مجرد أداة تقليدية لطرد الحر إلى قطعة فنية مبهجة ومفيدة في آن واحد.

أوراق نخيل منسوجة و أحيانا  
منسقة بأنماط ملونة جميلة  
Weaved palm frond usually  
contains beautiful patterns



حامل خشب  
Wooden holder

## Handheld Fan “Al-Habbaba”.

“Al-Habbaba” is considered one of the simplest personal cooling methods. It is a handheld fan carefully crafted from palm fronds in various shapes, often adorned with colorful designs and patterns that add an aesthetic touch. This elevates it from a mere traditional tool for warding off heat into a joyful and functional piece of art.



اضغطوا على الرابط عشان تستمعوا لإدريس و هو بيتونس مع عم علي و هو بيحكى عن الهباية و المشعليب و الراكوبة و حاجات تانية كتير عن كيف كان الناس كانت عايشة  
Click the link to listen to Idrees chatting with Uncle Ali while sharing stories about Al-Habbaba, Al-Mashaleeb, Al-Rakooba, and how people lived back then

رابط التسجيل باللغة العربية  
Audio link in Arabic



# مصادر الصور Images Resources

<https://www.alnilin.com>

<https://nabd.com>

<https://www.ssh>

<https://arabstates.unfpa.org/en>

<https://www.britishmuseum.org/collection>

تم نشر هذا الكتيب تزامناً مع **اليوم العالمي للحد من مخاطر الحرارة** (2 يونيو)، بتنسيق عالمي من قبل **الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC) ومركز المناخ التابع للصليب الأحمر والهلال الأحمر**. يأتي هذا الإصدار احتفاءً بالمعارف والخبرات الفطرية والمحلية، والتي تُرجمت إلى واقع بفضل الآراء القيمة، والذكريات المشتركة، والمشاركة الفاعلة من أفراد المجتمع السوداني.

**ملاحظة:** إن المواد، والمصطلحات الثقافية، والممارسات التقليدية الموثقة في هذا الكتيب مخصصة لأغراض التعليم، وحفظ التراث، والتوعية العامة فقط. ويُسمح بمشاركة هذا المورد، وإعادة إنتاجه، واستخدامه بحرية كأداة تعليمية لتعزيز الوعي بمخاطر الحرارة ودعم التكيف المناخي المستدام والمستند إلى القيادة المجتمعية.

#BeatTheHeat  
#HeatActionDay

This booklet was published in commemoration of **Heat Action Day** (June 2nd), coordinated globally by **the International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies (IFRC) and the Red Cross Red Crescent Climate Centre**.

Centered around this year's theme of **Indoor Heat**, this publication is a celebration of indigenous knowledge, brought to life through the invaluable feedback, shared memories, and active participation of the Sudanese community.

**Notice:** The material, cultural terms, and traditional practices documented within this booklet are intended solely for educational, cultural preservation, and public awareness purposes. This resource may be freely shared, reproduced, and utilized as an educational tool to promote sustainable, community-led climate adaptation and heat-risk awareness.

#  
درجة\_  
إستعدادك\_  
أمانك





[comms@sudtt.org](mailto:comms@sudtt.org)



<https://sudtt.org/>