



AN TOÀN THIẾT BỊ

CHO CÔNG NHÂN THỰC PHẨM



ĂN MẶC VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN

Trước khi bắt đầu làm việc hoặc chuẩn bị bất kỳ loại thực phẩm nào, các cơ quan chăm sóc sức khỏe tiểu bang, liên bang và địa phương yêu cầu bạn phải thực hiện những hoạt động thường xuyên sau đây để bảo quản thực phẩm bạn chuẩn bị cũng như phục vụ an toàn. Giữ sức khỏe tốt và ăn mặc sạch sẽ giúp phòng chống nhiễm bẩn mà có thể gây ra các loại bệnh từ thực phẩm. An toàn cá nhân cũng quan trọng khi làm việc trong bộ phận phục vụ thực phẩm. Hỏi lại giám sát viên của mình về những chính sách cụ thể khác mà công việc của bạn có thể yêu cầu.

Sức khỏe tốt.

- Không chuẩn bị thức ăn khi bạn bị bệnh, hoặc có vết cắt chưa lành hoặc vết đau trên bàn tay hoặc cánh tay.
- Báo cáo lại với giám sát viên các bệnh và triệu chứng như tiêu chảy, và nôn mửa.
- Tránh ho và hắt hơi vào khu vực có thực phẩm.

Vệ sinh cá nhân tốt

1. Giữ tay thật sạch.
 - Rửa tay và các phần tiếp xúc trên cánh tay trước khi chuẩn bị thực phẩm hoặc rửa bất kỳ lúc nào cần thiết.
 - Sử dụng bồn rửa chuyên để rửa tay.
 - Làm ướt tay bằng dòng nước chảy ấm. Cho xà phòng lên tay. Xoa tay vào với nhau ít nhất 20 giây, xoa xà phòng lên quá khỏi cổ tay đến các phần tiếp xúc của cánh tay. Rửa khe móng tay và giữa các ngón tay. Xả lại thật kỹ bằng dòng nước chảy. Làm khô tay thật kỹ bằng khăn phân hủy hoặc bằng máy sấy khô.

Rửa tay sau khi bạn:

- Đi vệ sinh
- chạm vào tóc, mặt, hoặc cơ thể
- ho, hắt hơi, hoặc sử dụng khăn tay hoặc khăn giấy
- làm việc với các loại thực phẩm tươi sống
- cầm các loại hóa chất
- đổ rác
- cầm các loại dụng cụ bẩn

(tiếp tục)

GHI CHÚ:



Massachusetts Department of
ELEMENTARY & SECONDARY
EDUCATION

Được phát triển bởi Trường Quản Lý Isenberg của UMass, Khoa Quản Lý Khách Sạn Nhà Hàng & Du Lịch, Chương Trình Giáo Dục Dinh Dưỡng UMass Mở Rộng (UMass Extension), và Sở Giáo Dục Tiểu Học tiểu bang Massachusetts, Phòng Dinh dưỡng, Sức khỏe và An toàn. UMass Mở Rộng là nơi cung cấp cơ hội việc làm công bằng, với sự hợp tác của Bộ Nông Nghiệp Hoa Kỳ. Hãy liên hệ với văn phòng Mở Rộng tại địa phương của bạn để biết thêm thông tin về các phương tiện hỗ trợ người khuyết tật hoặc liên hệ Giám đốc UMass Mở Rộng nếu bạn có khiếu nại gì liên quan đến phân biệt đối xử, số điện thoại là 413-545-4800. Rev.4/08



UMassAmherst Outreach **UMass**
Extension

ĂN MẶC VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN (tiếp tục)

- Phòng chống tiếp xúc tay không với các loại thực phẩm đã sẵn sàng phục vụ.
 - Tuân thủ Quy định về Thực phẩm (Food Code) và các quy trình vận hành chuẩn để phòng chống việc tiếp xúc tay không với thực phẩm đã sẵn sàng phục vụ.
 - Nếu bạn đeo găng tay:
 - Rửa tay trước khi đeo găng tay vào.
 - Thay găng tay nếu đã bị bẩn hoặc rách và khi bạn chuyển đổi công việc hoặc cầm những loại thực phẩm tươi sống hoặc đã nấu chín khác – thường xuyên giống như bạn rửa tay.
- Không ăn, uống, hoặc hút thuốc trong khu vực chuẩn bị thực phẩm và trong lúc chuẩn bị thực phẩm.
- Giữ móng tay sạch và cắt ngắn gọn.–Không dùng chất làm bóng móng hoặc đeo móng giả.
- Không đeo nữ trang. – Trang sức duy nhất được cho phép là nhẫn trơn như loại nhẫn cưới.
- Mặc quần áo sạch.
Nếu bạn đeo tạp dề nấu ăn:
 - Phải bảo đảm là tạp dề sạch.
 - Không sử dụng tạp dề thay thế cho khăn lau.
 - Cởi tạp dề và cất đúng nơi quy định trước khi vào nhà vệ sinh.
- Đeo kẹp tóc hiệu quả trong khi làm việc trong khu vực chuẩn bị thực phẩm. Có thể sử dụng lưới tóc hoặc đội nón tùy theo yêu cầu cụ thể. Nam giới nên sử dụng các loại kẹp râu để giữ râu không tiếp xúc với thực phẩm hoặc bề mặt thực phẩm.

GHI CHÚ:

Tự bảo vệ mình

Để bảo đảm an toàn cá nhân:

- Không mặc đồ rộng.
- Bảo đảm rằng dây cột tạp dề được thắt chặt.
- Mang giày kín có đế chống trơn trượt.
- Đeo găng tay bảo vệ hoặc kính mắt bảo vệ như quy định.

Hỏi lại giám sát viên của bạn về các quy trình vận hành chuẩn về cách ăn mặc an toàn cá nhân.

Để biết thêm thông tin, xem thông tin về rửa tay ở địa điểm của bạn.

Để biết thêm thông tin về an toàn thiết bị và thực phẩm, vào trang web www.mafoodsafetyeducation.info

**Những trang thông tin về An toàn Thiết bị là những hướng dẫn chung. Những quy trình cuối cùng cho việc vận hành và vệ sinh thiết bị an toàn nên bám theo những chi tiết cụ thể của nhà sản xuất thiết bị. Hãy xem lại hướng dẫn sử dụng của nhà sản xuất thiết bị hoặc hỏi giám sát của bạn để biết thêm chi tiết cụ thể về thiết bị.



THIẾT BỊ THỰC PHẨM VÀ TẬP HUẤN AN TOÀN (FEAST)

Câu hỏi ôn tập: ĂN MẶC VÀ VỆ SINH CÁ NHÂN

Khoanh tròn câu trả lời đúng nhất về ăn mặc đúng cách và các quy trình vệ sinh cá nhân.

1. Khi nào bạn cần phải rửa tay?

- Sau khi ăn, uống hoặc hút thuốc.
- Sau khi bạn chạm vào bất kỳ phần nào trên cơ thể, mặt, hoặc tóc.
- Trước khi bạn đeo găng tay vào.
- Tất cả những câu trên.

2. Cái nào dưới đây an toàn để đeo khi phục vụ thực phẩm?

- Bông tai treo.
- Đồng hồ đeo cổ tay.
- Vòng tay đơn giản.
- Móng tay sơn kiêu.

3. Bạn nên rửa tay ở đâu?

- Bồn rửa tay trong bếp.
- Bồn rửa thực phẩm.
- Bồn rửa dụng cụ.
- Không câu nào ở trên.

4. Để an toàn cho cá nhân.

- Mang giày thoải mái.
- Thay tạp dề cuối ngày.
- Mang giày chống trượt.
- Đeo găng tay tự hủy.

5. Nếu bạn đeo găng tay, khi nào bạn nên thay?

- Khi găng tay bị sờn mòn.
- Sau khi bạn chạm vào bất kỳ phần nào trên cơ thể, mặt, hoặc tóc.
- Sau bị bạn chạm vào những loại thực phẩm khác nhau.
- Tất cả những câu trên.

