

راهنمایی کسب و کار

بهداشت شخصی

بهداشت شخصی کارکنان در تهیه غذا، مجموعه‌ای از موارد مهم است که شما و کارکنانتان باید هنگام تهیه و آماده‌سازی غذا رعایت کنید. هرکسی که در محیط تهیه و نگهداری غذا کار می‌کند، برای سلامت نگهداشتن مواد غذایی، باید سطح بالایی از بهداشت شخصی را رعایت کند.

لباس کارکنان باید ویژگی‌های زیر را داشته باشد:

- مناسب
- تمیز
- ایمن

هنگام آماده‌سازی و سرو غذا باید:

- موها را به عقب سر ببندید و از یک پوشش مناسب برای سر استفاده کنید، مانند کلاه یا توری مو
- از زیورآلات استفاده نکنید، مانند ساعت یا جواهرات
- به صورت و موهای خود دست نزنید
- سیگار نکشید
- آب دهان نریزید
- سرفه و عطسه نکنید
- غذا نخورید یا آدامس نجوید

برای اطلاعات بیشتر می‌توانید به [راهنمای بهداشت مراکز عرضه غذا](#) در صفحه ی "[غذای سالم، بی‌زینس ماندگار SFBB](#)" برای تهیه‌کنندگان غذا مراجعه کنید.

شستن دست‌ها

شستشوی دست‌ها در تهیه و آماده‌سازی غذا برای جلوگیری از انتشار باکتری‌های مضر بسیار ضروری است. همه کارکنانی که با تهیه و آماده‌سازی غذا در ارتباط هستند باید دست‌های خود را در زمان‌های زیر بشویند:

- هنگام ورود به آشپزخانه یا محل تهیه و آماده‌سازی غذا
- قبل از تهیه غذا

- پس از دست زدن به مواد غذایی خام
- پس از دست زدن به زباله‌ها یا تخلیه سطل‌ها
- بعد از تمیز کاری
- بعد از دست زدن به سر و صورت
- پس از تماس با تلفن، کلید برق، دستگیره در و پول

کارکنان باید دست‌های خود را شسته و با حوله یکبار مصرف خشک کنند؛ زیرا باکتری‌های مضر می‌توانند روی دست‌های مرطوب پخش شوند. پس از شستن دست‌ها از یک حوله یکبار مصرف برای بستن شیر آب استفاده کنید.

سلامت و بهداشت محیط کار

ورود افراد زیر به محل تهیه و نگهداری غذاها ممنوع است:

- افرادی که مبتلا به بیماری یا ناقل بیماری هستند، به‌ویژه بیماری‌هایی که احتمال انتقال از طریق غذا دارند
- افرادی که زخم‌های باز، عفونت‌های پوستی یا زخم‌های عفونی دارند
- افرادی که اختلالات گوارشی داشته باشند

اگر هر یک از کارکنان دچار این مشکلات شدند، باید فوراً به مدیریت اطلاع دهند. کارکنان مبتلا به اسهال یا استفراغ، تا 48 ساعت بعد از بهبود علائم نباید به محل کار خود بازگردند.

این راهنما برای همه فعالان تجاری مواد غذایی، به غیر از تولیدکنندگان اولیه مانند کشاورزان، اعمال می‌شود. اگر یکی از کارکنان در محل کار بیمار شد، چه باید کرد و چه مدت باید در خانه بماند؟