

# फूड हैंडलर

## स्वास्थ्य, स्वच्छता और हाथ धोना



EAT SAFE सूचना पत्र

Dedicated to a better Brisbane

प्रतिदिन Brisbane City Council नागरिकों और स्थानीय समुदायों के साथ मिलकर हमारे शहर को ऐसा बनाने में मदद करती है जो आज यह है, भविष्य के लिए लम्बी अवधि के लक्ष्य वाला शहर। काउंसिल का Eat Safe कार्यक्रम ब्रिसबेन के नागरिकों और आगंतुकों के लिए विश्व स्तरीय भोजन सुविधा प्रदान करने में सहायता कर रहा है।

यह सिंक  
केवल हाथ धोने  
के लिए है



फूड बिजनेस में फूड हैंडलर वह व्यक्ति होता है जिसके काम में भोजन और भोजन के सम्पर्क में आने वाली सतहों (बर्तन और भोजन तैयार करने के बेंच) को हैंडल करना (इनसे सम्बन्धित काम करना) शामिल है।

यदि आप एक कुक, एक किचन सहायक या वेट स्टाफ जैसे फूड हैंडलर हैं, तो आपको भोजन सुरक्षित रूप से हैंडल करने की जरूरत है और यह जानने की जरूरत है कि यदि आप बीमार हैं तो क्या करना चाहिए। यदि आप एक फूड बिजनेस के मालिक हैं, तो आपको अपने कर्मचारियों को हाथ धोने की सुविधा प्रदान करनी होती है और उनके स्वास्थ्य और स्वच्छता संबंधी आवश्यकताओं को समझने में उनकी सहायता करने की जरूरत होती है।

### फूड हैंडलर

#### स्वास्थ्य

यदि आपको फूड पॉइजनिंग हो गया है या उसके लक्षण दिखाई दे रहे हैं, जैसे उल्टी, डायरिया और बुखार, या यह पता लग जाता है कि आप में फूड पॉइजनिंग के बैक्टीरिया हैं या वायरस है तो आपको अपने सुपरवाइजर को बताना चाहिए। आपको फूड हैंडल नहीं करना चाहिए क्योंकि आप ग्राहकों तक फूड पॉइजनिंग फैला सकते हैं।

#### स्वच्छता

यदि आप फूड हैंडलिंग क्षेत्र में हैं, तो:

- किचन में न खाएं,
- भोजन पर या भोजन के सम्पर्क की सतह पर छींके नहीं, नाक साफ न करें या खांसे नहीं।
- थूके नहीं, धूम्रपान न करें या तम्बाकू न चबाएं।

भोजन को हैंडल करते समय आप अच्छे स्वच्छता अभ्यास का प्रदर्शन कर सकते हैं और निम्न करके भोजन को संक्रमित होने से बचा सकते हैं:

- अनावश्यक रूप से भोजन के सम्पर्क में आने से बचना, विशेष रूप से खाने के लिए तैयार भोजन के सम्पर्क में जैसे राइस पेपर रोल, सलाद और पका हुआ मीट, और बर्तन और भोजन तैयार करने के बेंचों के सम्पर्क में आने से बचना चाहिए।
- बालों को पीछे बांधें-आप हेयर नेट या कैप का इस्तेमाल कर सकते हैं।
- नाखूनों को साफ रखें और नेल पोलिश व नकली नाखून न लगाएं।
- घावों को चमकदार रंग के वॉटरप्रूफ गोंद लगी पट्टी से ढकें ताकि भोजन में पड़ने पर उन्हें आसानी से देखा जा सके।
- साफ कपड़े पहनें
- ढीले आभूषण न पहनें, विशेष रूप से हाथों और कलाईयों में।
- मोबाइल फोन का प्रयोग कम करें-मोबाइल प्रयोग न करने की कोशिश करें। यदि आपको फोन प्रयोग करना पड़ता है तो फोन प्रयोग करने के बाद हाथों को धोएं।
- यदि आपको लगता है कि आपने भोजन को संक्रमित कर दिया है, उदाहरणतः यदि आपका कोई आभूषण भोजन में गिर गया है, तो अपने सुपरवाइजर को बताएं।

Eat Safe  
BRISBANE



## हाथ धोना

हाथ धोना फूड पॉइजनिंग की रोकथाम में सहायता करता है। आपको हाथ हैंड वाश बेसिन में धोने चाहिए और हाथ धोते समय साबुन और गरम पानी का प्रयोग करना चाहिए और सूखे पेपर टावल से सुखाने चाहिए। हाथों को धोने की जरूरत है:

- ✓ काम शुरू करने से पहले
- ✓ कच्चा भोजन, जैसे समुद्री भोजन, बिना पकाया हुआ मीट और बिना धुली हुई सब्जियां हैंडल करने के बाद
- ✓ खाने के लिए तैयार भोजन को हैंडल करने से पहले
- ✓ टॉयलेट प्रयोग करने के बाद
- ✓ अवकाश, धूम्रपान या खाने के बाद
- ✓ सफाई के कार्यों के बाद जैसे पोंछा लगाना, कचरे को उठाना या कचरा पेटी को हाथ लगाने के बाद
- ✓ खांसने या छींकने के बाद
- ✓ बालों, नाक, मुंह, कानों या शरीर के किसी अन्य अंग को छूने के बाद



अपने हाथों को गीला करें



लिक्विड साबुन लगाएं



झाग बनाएं और रगड़ें  
(20सेकंड)



धोएं  
(10सेकंड)



अपने हाथों को सुखाएं

## फूड बिजनेस के मालिक

आपको निम्न के द्वारा यह सुनिश्चित करने की जरूरत है कि परिसर और भोजन के काम पर लगे लोग और फूड हैंडलर भोजन को संक्रमित न करें:

- अपने कर्मचारियों को उनके स्वास्थ्य और स्वच्छता की आवश्यकताओं के बारे में बताना और उनका पर्यवेक्षण करना ताकि वे आपके निर्देशों की अनुपालना करें।
- यह सुनिश्चित करना कि जब कर्मचारी फूड पॉइजनिंग के कारण बीमार हैं या उनमें फूड पॉइजनिंग के लक्षण दिखाई देते हैं तो वे भोजन को हैंडल न करें। यदि कर्मचारी में फूड पॉइजनिंग होने का पता लग जाता है तो आपको यह सुनिश्चित करना चाहिए कि वे मेडिकल क्लीयरेंस प्राप्त करें और तब तक भोजन को हाथ न लगाएं।
- उन लोगों को भोजन हैंडल करने की अनुमति न दें जो फूड हैंडलर नहीं हैं।

आपको कर्मचारियों के लिए हैंड वाश बेसिन प्रदान करने की जरूरत है जो:

- ✓ बड़ा हो ताकि हाथ, कलाईयों और बाजूओं को नल के नीचे धोया जा सके।
- ✓ भोजन तैयार करने के सिंक और क्लीनिंग सिंक से अलग रखें।
- ✓ जो आसानी से उपलब्ध हो और उसके मार्ग में भोजन, कंटेनर, बेंच या उपकरण न हों।
- ✓ जो फूड हैंडलिंग एरिया के पास में हो।
- ✓ जिसके साथ निम्न हों:
  - चलता हुआ गर्म पानी
  - लिक्विड हैंड सोप
  - सिंगल यूज पेपर टावल

नजदीक एक कचरा पेटी रखी होनी चाहिए ताकि प्रयोग किए गए पेपर टावल उसमें फेंके जा सकें।

## अतिरिक्त जानकारी

**Eat Safe Brisbane** से सम्बन्धित अतिरिक्त जानकारी के लिए [brisbane.qld.gov.au/EatSafeBrisbane](http://brisbane.qld.gov.au/EatSafeBrisbane) देखें

@ EatSafeBrisbane@brisbane.qld.gov.au

[brisbane.qld.gov.au/EatSafeBrisbane](http://brisbane.qld.gov.au/EatSafeBrisbane)

3403 8888

**Brisbane City Council**  
GPO Box 1434  
Brisbane Qld 4001

सुस्थिर कागज पर प्रिंट किया गया है



CA17-749751-05-2851

© 2017 Brisbane City Council

[brisbane.qld.gov.au](http://brisbane.qld.gov.au)

3403 8888

BrisbaneCityCouncil

@brisbanecityqld

@brisbanecitycouncil