

কুকসেইফ খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিতকারী ব্যবস্থা
সংশোধন মে 2012

অনুগ্রহ করে নিম্নলিখিত পৃষ্ঠাগুলি প্রত্যাহার করুন:

প্রাককথা

ভূমিকা	পৃষ্ঠা 1.1-1.10
অংশ 4 হাউজ রুলস ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি	পৃষ্ঠা 4.8-4.12
অংশ 4 হাউজ রুলস সাফাই	পৃষ্ঠা 4.13-4.17
অংশ 4 হাউজ রুলস পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ	পৃষ্ঠা 4.27-4.30
অংশ 5 রেকর্ডস	পৃষ্ঠা 5.9

আর এই পৃষ্ঠাগুলি দিয়ে প্রতিস্থাপন করুন:

প্রাককথা

ভূমিকা	পৃষ্ঠা 1.1-1.11
অংশ 4 হাউজ রুলস ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি	পৃষ্ঠা 4.8-4.12 ডি
অংশ 4 হাউজ রুলস সাফাই	পৃষ্ঠা 4.13-4.17সি
অংশ 4 হাউজ রুলস পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ	পৃষ্ঠা 4.27-4.30জি
অংশ 5 রেকর্ডস	পৃষ্ঠা 5.9

© ক্রাউন কপিরাইট 2012

স্টেশনারি অফিস দ্বারা ইউনাইটেড কিংডমে ছাপানো হয়েছে



টিএসও (দ্য স্টেশনারি অফিস) দ্বারা প্রকাশিত এবং এখানে প্রাপ্ত:

অনলাইন

www.tsoshop.co.uk

মেইল, টেলিফোন, ফ্যাক্স আর ইমেইল

টিএসও

পোস্ট বক্স 29, নরউইচ, NR3 1GN

টেলিফোন অর্ডার/সাধারণ জিজ্ঞাস্য 0870 600 5522

ফ্যাক্স অর্ডার: 0870 600 5533

ই-মেইল: customer.services@tso.co.uk

টেক্সটফোন: 0870 240 3701

টিএসও@ব্যাকওয়েল ও অন্যান্য অনুমোদন করা এজেন্ট

ক্রেতার তাদের প্রকাশনা এখান থেকে অর্ডার করতে পারেন

টিএসও আয়ারল্যান্ড

16 আর্থার স্ট্রিট, বেলফাস্ট BT1 4GD

028 9023 8451 ফ্যাক্স 028 9023 5401

ISBN 978-0-11-708069-0



প্রাককথা

ক্যাটারিং বা খাদ্য সরবরাহকারী ব্যবসায়গুলিকে খাদ্য নিরাপত্তা সংক্রান্ত আইনকানূনের প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী এইচএসসিপি (HACCP) বা হাজার্ড অ্যানালাইসিস অ্যান্ড ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্ট খেলে চলার সাহায্যের জন্য। দ্য ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি ইন স্কটল্যান্ড (এফএসএএস) স্কটিশ ফুড এনফোর্সমেন্ট লিমিটেড কমিটির (এসএফইএলসি) স্কটিশ এইচএসসিপি (HACCP) ওয়ার্কিং গ্রুপকে খাদ্য প্রস্তুতকারীদের জন্য এইচএসসিপি (HACCP) ভিত্তিক একটি গাইডেন্স বা নির্দেশপুস্তিকা তৈরী করতে বলে; এই নির্দেশপুস্তিকাটিকে বলা হয় **কুকসেইফ**।

এই পুস্তিকার রচনাপ্রক্রিয়ায় খাদ্য প্রস্তুতকারী, লোকাল অথরিটিগুলি এবং স্কটিশ ফুড অ্যান্ডভাইসরি কমিটির বিশেষ দক্ষতার সাহায্য নেওয়া হয়েছে। 35,000-রও বেশি খাদ্য প্রস্তুতকারী সংস্থা এখন কুকসেইফ ব্যবহার করে এবং এটি একটি মূল্যবান সম্পদ হিসাবে প্রমাণিত হয়েছে, এটি বিদ্যমান সুনশীলনের উপর ভিত্তি করে প্রতিষ্ঠিত হয়েছে, খাদ্য নিরাপত্তার মান উন্নততর করছে আর এর ফলে এটি ভোক্তাদের আরো ভালোভাবে সুরক্ষিত করছে।

2011- 2012 সালে এজেন্সিটি ক্রস কন্টামিনেশন বা পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধের বিষয়ে হালনাগাদ পরামর্শ প্রদান করে। কুকসেইফ-এর হাউজ রুলস-গুলির তিনটি এই নতুন পরামর্শ দেবার জন্য হালনাগাদ করা হয়েছে – পার্সোনাল হাইজিন বা ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি, সারফাই এবং ক্রস কন্টামিনেশন প্রতিরোধ করা। আপনার পর্যালোচনা প্রক্রিয়ার অংশ হিসাবে এগুলি আপনার কুকসেইফ ব্যবস্থার অন্তর্ভুক্ত করুন এবং এই নতুন তথ্য দিয়ে আপনারদের কর্মীদের প্রশিক্ষণ দিন।

এজেন্সি এসএফইএলসি (SFELC) কে এবং বিশেষভাবে স্কটিশ এইচএসসিপি (HACCP) ওয়ার্কিং গ্রুপকে তাদের প্রতিশ্রুতি, সময়, বিশেষ দক্ষতা আর সহায়তার জন্য কৃতজ্ঞতা জানাতে চায়।



প্রফেসর চার্লস মিলনে

ডাইরেক্টর স্কটল্যান্ড

ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি

মে 2012

স্কটিশ এইচএসিসিপি (HACCP) ওয়ার্কিং গ্রুপ (2011-2012-)

চেয়ারম্যান

উইলিয়াম হ্যামিলটন

গ্রাসগো সিটি কাউন্সিল

সদস্যবৃন্দ

গোরি ফ্যালন

সাউথ আয়ারশায়ার কাউন্সিল

মার্গারেট গ্রেগরি

অ্যাপাস কাউন্সিল

হেলেন হেন্ডারসন

ক্ল্যাকম্যানানশায়ার কাউন্সিল

মাইকেল ল্যামসলে

ইনভারক্লাইড কাউন্সিল

রবার্ট লাইল

পার্শ্ব অ্যান্ড কিনরস কাউন্সিল

আইডান ম্যাককর্মাক

দ্য মোরে কাউন্সিল

জেমস ম্যাকগিবন

স্কটিশ বর্ডারস কাউন্সিল

চার্লস পেনম্যান

নর্থ লানার্কশায়ার কাউন্সিল

প্যালিন উইলকিনসন

ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি ইন স্কটল্যান্ড

ডোরিন অ্যাপাস

সেক্রেটারিয়েট, ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি ইন স্কটল্যান্ড

প্রথম স্কটিশ এইচএসিসিপি(HACCP) ওয়ার্কিং গ্রুপ (2002 -2005)

চেয়ারম্যান

উইলিয়াম হ্যামিলটন

গ্রাসগো সিটি কাউন্সিল

সদস্যবৃন্দ

ক্যাথরিন ব্র্যাডি

স্কটিশ ফুড অ্যাডভাইসরি কমিটি

জন ডাইসন

ব্রিটিশ হসপিটালিটি অ্যাসোসিয়েশন

লেসলি কিশার

স্টার্লিং কাউন্সিল

হেলেন ল্যাং

গ্রাসগো সিটি কাউন্সিল

চার্লস পেনম্যান

নর্থ লানার্কশায়ার কাউন্সিল

প্যালিন উইলকিনসন

ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি ইন স্কটল্যান্ড

স্টিফেন উইলিয়ামসন

দ্য সিটি অফ এডিনবরা কাউন্সিল

মাইকেল গ্রভস

সেক্রেটারিয়েট, ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি ইন স্কটল্যান্ড

এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতি বুঝবার আর তার বাস্তবায়ন করায় কেটারিং বিজনেস বা খাদ্য সরবরাহকারী ব্যবসায়ীকে সহায়তা করার লক্ষ্যে 'কুকসেইফ' প্রণীত হয়েছে। এই ম্যানুয়াল বা নির্দেশপুস্তিকাটি পড়ে এবং তার নির্দেশাবলী অনুসরণ করে আপনি আপনার প্রয়োজনের উপযোগী এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক কর্মধারা গড়ে তুলতে পারবেন।

এইচএসিসিপি (HACCP) কি? এইচএসিসিপি (HACCP) অক্ষরগুলোর মানে হল “হ্যাজার্ড অ্যানালাইসিস অ্যান্ড ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্ট”।

এইচএসিসিপি (HACCP) এক ব্যাপকভাবে গ্রহণযোগ্য খাদ্যের নিরাপত্তা নিশ্চিত করার পদ্ধতি, যা বিভিন্ন আকারের আর ধরনের খাদ্য ব্যবসায় সহজে খাপ খাইয়ে নেওয়া যায়। এইচএসিসিপি (HACCP)-র প্রধান লক্ষ্য হল খাদ্য নিয়ে কাজ করার গুরুত্বপূর্ণ দিকগুলির দিকে নজর দেওয়া, এবং সমস্যা যাতে না দেখা যায় তার জন্য পদক্ষেপ গ্রহণ করা।

ভালো খাবার স্বাস্থ্যবিধির অনুশীলনগুলির আর একটি সুরক্ষিত, পরিষ্কার পরিবেশে খাবার নিয়ে কাজ করার প্রয়োজনগুলির বিষয়ে খাদ্য ব্যবসায় জড়িত সকলেই অবগত।

এই ম্যানুয়ালটি কিভাবে আপনাকে সাহায্য করতে পারে

‘কুকসেইফ’ নিম্নলিখিত 5টি অংশে বিভক্ত:

- 1. ভূমিকা অংশ** – এই ম্যানুয়ালে ব্যবহৃত এইচএসিসিপি (HACCP) পরিভাষাগুলির ব্যাখ্যা এখানে রয়েছে
- 2. ফ্লো ডায়াগ্রাম অংশ** – আপনার নিজের মত করে ফ্লো ডায়াগ্রাম আঁকার জন্য নির্দেশ ও টেমপ্লেট এতে রয়েছে
- 3. এইচএসিসিপি (HACCP) চার্ট বা ছক অংশ** – প্রতিটি প্রক্রিয়ার ধাপে কি ভুল হতে পারে এবং সে ক্ষেত্রে আপনি কি করতে পারেন তা দেখানো হয়েছে। আপনার ব্যবসার পরিপ্রেক্ষিতে বিচার্য বস্তুগুলির বিষয়ে নির্দেশনা ও উদাহরণ দেওয়া হয়েছে
- 4. হাউজ ব্লুস অংশ** – আপনার দৈনন্দিন নিরাপদ কাজের অনুশীলনগুলি তৈরী করতে আপনার নিজের হাউজ ব্লুস বা ব্যবসায় প্রয়োজ্য নিয়মগুলি লিখতে সাহায্য করার নির্দেশ ও টেমপ্লেট এতে রয়েছে
- 5. রেকর্ডস অংশ** – অন্য সব অংশে যোগাযোগ করার প্রয়োজনে আপনার ব্যবহারের জন্য নির্দেশ ও মানদণ্ড এখানে রয়েছে

এই ম্যানুয়ালে এইচএসিসিপি (HACCP) কর্মধারার বিষয়ে জরুরি তথ্যের পাশাপাশি খাদ্যের নিরাপত্তার বিষয়ে জড়িত অন্যান্য বিষয়েও নির্দেশ দেওয়া হয়েছে। উপরোক্ত 5টি অংশের ভিতর দিয়ে কাজ করার সময় আপনি কতটা অগ্রগতি অর্জন করছেন তা রেকর্ড করার জন্য একটি কর্ম পরিকল্পনাও এতে রয়েছে।

আপনাকে যা করতে হবে

এই ম্যানুয়াল যেভাবে সাজানো হয়েছে তা অনুসরণ করে কাজ করার পরামর্শ আপনাকে দেওয়া হচ্ছে। তবে, ম্যানুয়ালের অংশগুলি একটা আরেকটার সাথে সম্পর্কিত এবং আপনি আপনার মত ক্রমানুসারে কাজ করে যেতে পারেন।

আপনার অগ্রগতির বিবরণ অ্যাকশন প্ল্যান বা কর্মপরিকল্পনায় রেকর্ড করার কথা মনে রাখবেন

এই ম্যানুয়ালের কর্মপরিধি

অধিকাংশ ক্যাটারিং বা খাদ্য সরবরাহ ব্যবসাতে ব্যবহারের উপযোগী করে এই ম্যানুয়াল তৈরী করা হয়েছে। আপনার ব্যবসা যেভাবে আপনি চালান তার উপযোগী করে আপনাকে অংশগুলি রদবদল করে নিতে হবে। কিভাবে তা করতে হবে সে বিষয়ে প্রত্যেক অংশে নির্দেশ দেওয়া আছে।

যদি আপনি দেখেন যে আপনার প্রক্রিয়ায় অতিরিক্ত ধাপ আছে বা আপনার অন্য রেকর্ডের প্রয়োজন, আপনার ব্যবহার করা ব্যবস্থার মানানসই বা আপনার বিশেষ ব্যবসার উপযোগী করার জন্য তৈরী করে নেওয়ার জন্য এই ম্যানুয়ালে সহজে রদবদল করে নেওয়া যায়। 'কুকসেইফ' আপনার বর্তমান ভালো কর্মরীতির ভিত্তিতে তৈরী করার জন্য প্রস্তুত, যা হল আপনার দৈনন্দিন কর্মপদ্ধতির মধ্যে আপনি ইতিমধ্যেই যে নিরাপদ কাজের অনুশীলনগুলি মেলে চলেন সেগুলি।

এই ম্যানুয়াল প্রস্তুত করার সময় যে সেরা তথ্য পাওয়া গেছে তার ভিত্তিতে এটা তৈরী করা হয়েছে। উপযুক্ত সময় অন্তর এটা পরিমার্জনা করা হবে এবং নতুন তথ্য দেওয়া হবে।

আপনার কপিতে দেওয়া তথ্য আপনার ব্যবসার ভিতরে পরিচালিত সমস্ত কাজকর্ম প্রতিকলিত হওয়া উচিত। বিশেষত আপনার হাউজ রুলস এমন ভঙ্গিতে লেখা থাকা উচিত যে সেগুলি আপনার খাদ্য নিয়ে কাজ করা কর্মীরা সহজেই বুঝতে পারেন।

আইনগত দায়িত্বসমূহ

এই ম্যানুয়ালে কেবল সাধারণ পরামর্শ দেওয়া হয়েছে, এবং এই নির্দেশিকার ভিত্তি হল ফুড স্ট্যান্ডার্ডস এজেন্সি বর্তমানে প্রযোজ্য আইনের যে অর্থ করে তা, তবে আইনের সুনির্দিষ্ট ব্যাখ্যা দেওয়ার দায়িত্ব আদালতের। এই নির্দেশিকা প্রাসঙ্গিক আইনগুলির লিখিত বিবরণের বিকল্প নয়, যে আইন প্রযোজ্য হয়ে চলেবে এবং সেই আইনকে মেলে চলার দায়িত্ব খাদ্য ব্যবসায়ের মালিকদের উপরই বর্তাবে।

এই ম্যানুয়ালে দেওয়া নির্দেশিকা এবং প্রাসঙ্গিক আইনগুলিতে কোনও বিরোধ থাকলে, আপনার নিজের পরিস্থিতিতে এই নির্দেশিকা ম্যানুয়ালের প্রয়োগের বিষয়ে আপনার নিজের আইনি পরামর্শ নেওয়া উচিত।

এইচএসিসিপি (HACCP)-র ব্যাখ্যা

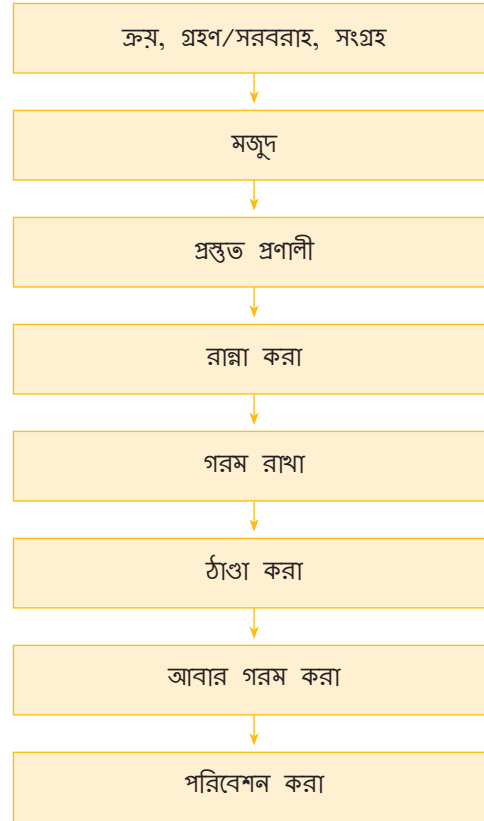
এই ম্যানুয়াল এমন কিছু পরিভাষা ব্যবহার করে যা আপনি জানতে নাও পারেন। এগুলি নিচে ব্যাখ্যা করা হল:

প্রক্রিয়ার ধাপগুলি

এইচএসিসিপি (HACCP)-ভিত্তিক পদ্ধতিগুলি বোঝার জন্য, আপনাকে আপনার খাদ্য সরবরাহ ব্যবসায়িক কিছু সাজানো প্রক্রিয়ার ধাপের ক্রম হিসাবে বিবেচনা করতে হবে।

প্রথম ধাপ হল খাদ্য কেনা- আর শেষ ধাপ হল আপনার ক্রেতাদের খাদ্য বিক্রয় করা।

নিচে সরলীকৃত ছকে যে প্রক্রিয়া ধাপগুলি দেখানো হয়েছে, সেগুলির সাথে একটা আদর্শ খাদ্য সরবরাহ ব্যবসার সম্পর্ক থাকতে পারে।



এটি একটি সরলীকৃত ছক এবং আপনার নিজের ব্যবসায় যে ক্রম অনুসারে ঘটে ঠিক সেইভাবে তাদের সবগুলি হয়ত এই ছকে দেখা যাবে না।



‘কুকসেইফ’ আপনার নিজস্ব ফো ডায়াগ্রাম আঁকার জন্য একটা টেমপ্লেট দিয়েছে।
(এই ম্যানুয়ালের ফো ডায়াগ্রাম অংশটি দেখুন)।

বিভিন্ন ঝুঁকি

একটি ঝুঁকি বা “হ্যাজার্ড” হল এমন একটা কিছু যার ফলে আপনার পরিবেশন করা খাবার খাওয়ার ফলে আপনার ক্রেতাদের ক্ষতি হতে পারে।

খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিত করতে একটা এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক শর্ত হল যে আপনার খাদ্য সরবরাহ ব্যবসায়ের প্রত্যেক প্রক্রিয়া ধাপে আপনি সব ঝুঁকিগুলি চিহ্নিত করুন, একে বলে “ঝুঁকি বিশ্লেষণ”। এই সময়েই আপনাকে চিন্তা করতে হবে যে আপনার ব্যবসায় কোথায় কি ভুলত্রুটি হতে পারে আর তারপর এমন কিছু পদ্ধতি নির্ধারণ করতে হবে যেগুলি এই ঝুঁকিগুলি প্রতিরোধ বা নিয়ন্ত্রণ করতে পারবে।

তিন ধরনের ঝুঁকি আছে:

- মাইক্রোবায়োলজিক্যাল
- রাসায়নিক
- শারীরিক

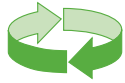
মাইক্রোবায়োলজিক্যাল ঝুঁকিগুলির মধ্যে খাদ্য বিষাক্ত করতে পারে এমন কিছু রোগজীবাণু যেমন স্যালমোনেলা, ই.কোলাই **0157** এবং ব্যাসিলাস সেরেয়াস ঝুঁকিপূর্ণ কারণ তারা:-

- খাবারে আগে থেকে থাকলে ঠিক মত রান্না না করা হলে **বেঁচে থাকতে পারে**, যেমন মুরগীর মাংসে স্যালমোনেলা
- সঠিক পরিস্থিতির সৃষ্টি হলে খাদ্যের মধ্যে ক্ষতিজনক স্তরে **বৃদ্ধি পেতে পারে**, উদাহরণস্বরূপ, খাদ্য মজুদ রাখার, নাড়াচাড়া করার বা গরম রাখার সময় বেঠিক তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা
- মাংস, মুরগীর মাংস বা না ধোওয়া সবজীর মত কাঁচা খাদ্য থেকে খাবার নিয়ে কাজ করা ব্যক্তি, কাজ করার সমতল এবং সরঞ্জামের মাধ্যমে খাবার জন্য তৈরী খাবারে **ছড়িয়ে পড়তে পারে**। একে বলা হয় “ক্রস কন্ট্যামিনেশন” বা “পারস্পরিক দূষণ”।

অন্য কিছু মাইক্রোবায়োলজিক্যাল ঝুঁকি, যেমন কয়েক ধরনের ব্যাকটেরিয়া, স্ট্রিক্ট, এবং ছত্রাকের সংস্পর্শেও খাদ্য লষ্ট হয়ে যেতে পারে।

রাসায়নিক ঝুঁকির অস্তিত্ব কয়েক ধরনের খাদ্যের মধ্যে কোন ধরনের জীবাণুনাশক বা পোকামাকড় মারা পদার্থের আকারে ইতিমধ্যেই থাকতে পারে। অনুপযুক্ত মজুদ ব্যবস্থা এবং ঘরবাড়িতে রাখা সাফাই করার রাসায়নিক পদার্থ এবং ইঁদুর মারার ওষুধ ইত্যাদি জিনিষের ভুল ব্যবহারের দরুনও রাসায়নিক ঝুঁকি সৃষ্টি হতে পারে।

শারীরিক ঝুঁকির মধ্যে আছে কাঁচ, প্লাস্টিক, কাঠ, ধাতব পদার্থ, চুল ইত্যাদি জিনিষের এবং পোকামাকড়ের সংস্পর্শে সৃষ্টি হওয়া দূষণ।



আপনার ব্যবসায়ের প্রতি ধাপে যেসব ঝুঁকির সম্ভাবনা সবচেয়ে বেশি ‘কুকসেইফ’ সেগুলি চিহ্নিত করে। (এই ম্যানুয়ালের এইচএসসিসিপি (HACCP) চার্টস অংশগুলি দেখুন)।

নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা

আপনার প্রক্রিয়ার ধাপগুলি আর সম্ভাব্য ঝুঁকিগুলি চিহ্নিত করার পর, আপনাকে অবশ্যই এই ঝুঁকি প্রতিরোধ বা **নিয়ন্ত্রণ করার** উপায় খুঁজে বার করতে হবে।

যেসব পদ্ধতি আপনি নির্ধারণ করবেন সেগুলি যেন সমস্ত রকম ঝুঁকি দূর করতে পারে তা নিশ্চিত করতে হবে – এই সব পদ্ধতিকে বলা হয় “কন্ট্রোল মেজারস” বা **নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা**।

নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা অনেক ধরণের হতে পারে, উদাহরণস্বরূপ:

ঝুঁকি

খাদ্যে বিষক্রিয়া সৃষ্টি করতে পারে এমন ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া বেঁচে থাকা



নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা

“খুব ভালো করে রান্না করা”

ঝুঁকি

কাঁচা খাদ্য থেকে রান্না করা/খাওয়ার জন্য তৈরী খাবারে বিষক্রিয়ার সৃষ্টি করতে পারে এমন ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া ছড়িয়ে যাওয়া

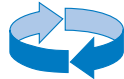


নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা

সতর্কভাবে “খাদ্য নাড়াচাড়া করার নিয়ম” মেনে চলা যেমন এইসব খাবার সব সময়ে আলাদা রাখা



‘কুকসেইফ’ আপনার ব্যবসায় প্রযোজ্য হতে পারে এমন নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাদির বিষয়ে নির্দেশ সরবরাহ করে (এই ম্যানুয়ালের এইচএসসিসিপি (HACCP) চার্টস অংশটি দেখুন)।



তারপর আপনার নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাদির বিষয়ে সিদ্ধান্ত নিতে পারেন আর এগুলির তালিকা হাউজ রুলস অংশে যোগ করতে পারেন (এই ম্যানুয়ালের হাউজ রুলস অংশটি দেখুন)।

ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস (সিসিপিগুলি)

খাদ্য নিরাপত্তার প্রতি একটা এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থা গ্রহণ করলে যেসব বিষয় খাদ্য নিরাপত্তার জন্য জরুরি তাদের দিকে মনোযোগ দেওয়ায় আপনার সাহায্য হবে।

ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস (সিসিপিগুলি) হল আপনার প্রক্রিয়ার সেইসব পর্যায় যেখানে খাদ্যকে খাওয়ার মত নিরাপদ করে তোলার জন্য সমস্ত ঝুঁকি অবশ্যই নিয়ন্ত্রণ করতে হবে।

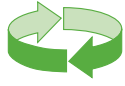
ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস-এ (সিসিপিগুলি) সমস্ত ঝুঁকির মাত্রা উপযুক্ত নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থার দ্বারা অবশ্যই নিরাপদ স্তরে নামিয়ে আনতে হবে বা দূর করতে হবে।

ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস (সিসিপি) উদাহরণ 1: ভাত ঠাণ্ডা করা

যদি ভাত খুব ধীরে ধীরে ঠাণ্ডা করা হয়, আপনার ক্রেতার বিক্রিয়ার তা কারণ হতে পারে। এই ক্ষেত্রে, ‘**ঠাণ্ডা করা**’ হল ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্ট (সিসিপি)।

ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস (সিসিপি) উদাহরণ 2: কাঁচা অবস্থা থেকে একটি বাগার রান্না করা

যদি বাগার ঠিকমত রান্না না করা হয়, মাংসে থাকা কোল ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া ধ্বংস হবে না আর বেঁচে থাকা ব্যাকটেরিয়া আপনার ক্রেতার খাদ্য বিক্রিয়ার কারণ হতে পারে। এই উদাহরণে, ‘**রান্না করা**’ হল ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্ট (সিসিপি)।



‘**কুকসেইফ**’ সেই ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস-এর (সিসিপিগুলি) উপর আলোকপাত করে যেগুলি এক আদর্শ খাদ্য সরবরাহ ব্যবসাতে হওয়ার সবচেয়ে বেশি সম্ভাবনা আছে (এই ম্যানুয়ালের এইচএসসিসিপি (HACCP) চার্টস অংশটি দেখুন)।

ক্রিটিক্যাল লিমিটস

ক্রিটিক্যাল লিমিটস হল সুনির্দিষ্ট কিছু নিরাপত্তা সীমা যেগুলি বিভিন্ন ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্টস-এ (সিসিপিগুলি) আপনার নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাদির দ্বারা অবশ্যই কার্যকর করতে হবে।

ক্রিটিক্যাল লিমিটস উদাহরণ 1: ক্রস কন্ট্যামিনেশন বা পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ

ক্রস কন্ট্যামিনেশন প্রতিরোধ করার আপনার পদ্ধতিগুলির একটি যদি বিভিন্ন খাবারের জন্য বিভিন্ন রঙের কাটার বোর্ড আর ছুরি ব্যবহার করা হয়, তাহলে এই ক্ষেত্রে আপনার কর্মীদের জন্য “ক্রিটিক্যাল লিমিট” হল: “সব সময়ে সঠিকভাবে রসিন কাটার বোর্ড আর ছুরি ব্যবহার করুন।

ক্রিটিক্যাল লিমিটস উদাহরণ 2: তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ

যদি খাবার ঠাণ্ডা রাখতে হয়, আর আপনি সিদ্ধান্ত নিয়েছেন যে রেফ্রিজারেটরের তিতরের তাপমাত্রা 5°C কখনই অতিক্রম করবে না, তাহলে “5°C হল “ক্রিটিক্যাল লিমিট”।

টীকা: আপনার তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ হাউস রুলস-গুলিতে, আপনি আপনার ক্রিটিক্যাল লিমিটগুলি স্থির করে নিবেন।

নজরদারি

খাদ্য নিরাপত্তার প্রতি একটা এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থা গ্রহণের অন্যতম শর্ত হল যে বিভিন্ন ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল পয়েন্ট-এ (সিসিপিগুলি) গৃহীত নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাগুলির উপর নজর রাখতে হবে।

একটি নজরদারির দৃষ্টান্ত: একটি রেক্রিয়ারেটরের ভিতরের তাপমাত্রা পরীক্ষা করে নিশ্চিত হওয়া যে সেটা তার ক্রিটিক্যাল লিমিটের মধ্যেই আছে।

এই ক্ষেত্রে, নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা (রোগজীবাণু জন্মানো প্রতিরোধ করার জন্য) হবে তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ। যদি ক্রিটিক্যাল লিমিট 5°C-তে সেট করা হয়, এই উদাহরণে নজরদারির অর্থ হবে পরীক্ষা করা যে 5°C-র ক্রিটিক্যাল লিমিট পূরণ করা হয়েছে।

টিকা: আপনার তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ হাউজ রুলসে, আপনি আপনার নজরদারি আর কত ঘনঘন তা করা হবে তা স্থির করবেন।

আপনার নিজস্ব নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা আর ক্রিটিক্যাল লিমিট-এর উপর নির্ভর করে নজরদারি করার পদ্ধতি আলাদা আলাদা হতে পারে।

কিছু কিছু নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থায় ক্রিটিক্যাল লিমিট থাকতে পারে যা তাপমাত্রার মত সহজে পরিমাপ করা যায় না।

উদাহরণস্বরূপ, বিভিন্ন উদ্দেশ্যে বিভিন্ন রঙের সরঞ্জাম সঠিকভাবে ব্যবহার হল কিছু ঝুঁকির জন্য নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা প্রদানের একটি উপায়, যেমন ক্রস কন্টামিনেশন। এই ক্ষেত্রে, সবচেয়ে কার্যকর নজরদারি হবে: “তদারকির দায়িত্বপ্রাপ্ত কর্মীরা নিশ্চিত করবে যে তারা সবাই ক্রস কন্টামিনেশন প্রতিরোধের হাউজ রুলগুলি মেনে চলবে”।

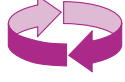
টিকা: আপনার ক্রস কন্টামিনেশন প্রতিরোধের হাউজ রুলগুলিতে আপনি আপনার নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাগুলি বর্ণনা করবেন।



‘কুকসেইফ’ আপনাকে এইচএসিসিপি (HACCP) চার্টস বা ছক সরবরাহ করে যা থেকে আপনি যে ধরনের নজরদারির ব্যবস্থা করতে পারেন তার একটা ধারণা পাওয়া যায়। তবে আপনার ব্যবসার জন্য কোন ধরনের নজরদারি ব্যবস্থা উপযুক্ত হবে সেটা আপনিই স্থির করবেন বলে আশা করা হয় (এই ম্যানুয়ালের এইচএসিসিপি (HACCP) চার্টস অংশটি দেখুন)।

রেকর্ডস বা লিখিত বিবরণগুলি

এইচএসিসিপি (HACCP)-র একটি প্রয়োজনীয়তা হল যে নজরদারি এমন ঘনঘন পরিমাপ করা হয় যা আপনার ব্যবসার ধরণ ও আকারের প্রতিফলন হয়। এটি রেকর্ডিং ফর্মের সব প্রাসঙ্গিক অংশগুলি সম্পূর্ণ করে অর্জন করা যেতে পারে। রেকর্ডিং ফর্মগুলি এই ম্যানুয়ালের ‘রেকর্ডস’ অংশে পাওয়া যাবে। বিকল্পভাবে, আপনি অন্য ভাবেও আপনার নজরদারি রেকর্ড করতে চাইতে পারেন, যেমন, আপনার নিজস্ব ফর্ম অঙ্কন করে, ডায়েরি ব্যবহার করে বা ইলেক্ট্রনিকভাবে রেকর্ড করে। এই সব ক্ষেত্রে, আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে আপনার রেকর্ড রাখার ব্যবস্থাগুলি আপনার ব্যবসার ধরণ ও আকার অনুযায়ী হয়।



‘কুকসেইফ’ আপনার নানা ধরনের রেকর্ডিং ফর্ম সরবরাহ করে থাকে, যেগুলি আপনার ব্যবসায় ব্যবহার করা যেতে পারে। (এই ম্যানুয়ালের রেকর্ডস অংশটি দেখুন)।

যে ধরনের নজরদারি প্রক্রিয়ায় শুধু তদারকির প্রয়োজন হয়, তাতে হয়ত একজন সুপারভাইজার বা ম্যানেজারের স্বাক্ষর দিয়েই নিশ্চিত করা যায় যে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নেওয়া হয়েছে। এইচএসসিপি (HACCP) রেকর্ডগুলি যথাযথ সময় ধরে রাখতে হবে যা আপনি প্রদর্শন করতে সক্ষম হন যে ব্যবস্থাটি কার্যকরভাবে কাজ করেছে। আপনার এনফোর্সমেন্ট অফিসার বা নিয়ম বলবৎকারী কর্মকর্তা এই সময়সূচীর বিষয়ে আপনাকে নির্দেশ দিতে পারেন।

সংশোধনী ব্যবস্থা

আপনি যদি কোনও নিরাপত্তামূলক ব্যবস্থার উপর নজরদারি করেন এবং দেখতে পান যে সেটা তার ক্রিটিক্যাল লিমিট পূরণ করতে ব্যর্থ হয়েছে, আপনাকে অবশ্যই খাদ্য নিরাপদ রাখার কিংবা ওই নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতির ব্যবহার বন্ধ করার জন্য ব্যবস্থা নিতে হবে। এটাকে বলা হয় “কারেকটিভ অ্যাকশন” বা সংশোধনী ব্যবস্থা।

সংশোধনী ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হয় নজরদারি প্রক্রিয়ার জের ধরে এবং এটার বিবরণী অবশ্যই লিখে রাখতে হবে।

সংশোধনী ব্যবস্থা উদাহরণ 1: তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ

যদি আপনার রেফ্রিজারেটরের ক্রিটিক্যাল লিমিট 5°C , কিন্তু নজরদারি করতে গিয়ে আপনি দেখেন যে রেফ্রিজারেটর 12°C -তে চলছে, তাহলে আপনার সংশোধনী ব্যবস্থা হতে পারে: “মেইনটেন্যান্স ইঞ্জিনিয়ারকে ডাকা আর চিন্তা করে দেখা যে খাদ্য ব্যবহারের জন্য নিরাপদ রয়েছে কি না”।

সংশোধনী ব্যবস্থা উদাহরণ 2: ক্রস কন্ট্যামিনেশন বা পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ

আপনার ক্রস কন্ট্যামিনেশনের ক্রিটিক্যাল লিমিট হল “কাঁচা ও রান্না করা/খাবার জন্য তৈরী খাবার” আলাদা রাখা। কিন্তু আপনার নজরদারি পরীক্ষায় ধরা পড়ে যে আপনার রান্নাঘরের কাঁচা খাবারের এলাকায় একটি কাঁচা খাবার কাটার বোর্ডের উপর একটি চিজকেক পড়ে আছে। আপনার সংশোধনী ব্যবস্থা হবে “চিজকেকটি ফেলে দিন (যে ব্যক্তি তা করবেন তাকে তার পর ভালো করে হাত ধুতে হবে) আর পদ্ধতিটি না ব্যবহার করার কারণ অনুসন্ধান করুন। সঠিক প্রণালী মেনে চলতে সংশ্লিষ্ট কর্মীদের পুনরায় প্রশিক্ষণ দিন”।

টীকা: আপনার সংশোধনী ব্যবস্থা আপনার রেকর্ডে লিখে রাখা হবে।

সংশোধনী ব্যবস্থার দুটি কাজ থাকে:

- সংশ্লিষ্ট খাদ্য সম্বন্ধে ব্যবস্থা নেওয়া – হয় তাকে নিরাপদ করে না হলে তার ব্যবহার বন্ধ করে
- ওই সময়ের পুনরাবৃত্তি প্রতিরোধ করা – নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থার ব্যর্থতা অনুসন্ধান করে এবং উপযুক্ত ব্যবস্থা গ্রহণ করে



কোন ধরনের সংশোধনী ব্যবস্থা আপনার ব্যবসার জন্য উপযুক্ত হবে ‘কুকসেইফ’ তার সম্পর্কে কিছু ধারণা দিয়ে থাকে (এই ম্যানুয়ালের এইচএসসিপি (HACCP) চার্টস অংশটি দেখুন)।

কার্যকারিতা যাচাই

কার্যকারিতা যাচাই বা ভেরিফিকেশন হল আপনার এইচএসিসিপি (HACCP)-ভিত্তিক কর্মপদ্ধতি যে ঠিকমত কাজ করছে তা নিশ্চিত করবার জন্য তার একটা সামগ্রিক ধারণা পাওয়া। যাচাই প্রক্রিয়ার মধ্যে আরো আছে এটা নির্ধারণ করা যে আপনার সমস্ত পদ্ধতি বিভিন্ন ঝুঁকি নিয়ন্ত্রণ করায় কার্যকর এবং পরীক্ষা করে দেখা যে আপনার সমস্ত পদ্ধতির ব্যবহারিক প্রয়োগ আছে।

সংশোধনী ব্যবস্থার দৃষ্টান্ত:

- পরীক্ষা করা যে সমস্ত সিসিপি-তে নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থাদি সঙ্গতিপূর্ণভাবে প্রয়োগ করা হয়েছে
- পরীক্ষা করা যে সমস্ত সংশোধনী ব্যবস্থা গ্রহণ করা হয়েছে
- পরীক্ষা করা যে নজরদারির সমস্ত বিবরণ সঙ্গতিপূর্ণ ও সঠিক
- পরীক্ষা করা যে আপনার পদ্ধতি এখনও প্রাসঙ্গিক এবং আধুনিক

(রেকর্ডস অংশে **রিভিউ রেকর্ড** দেখুন)

গ্রহণ করা কার্যকারিতা যাচাইয়ের পদক্ষেপগুলি অবশ্যই রেকর্ড করতে হবে।



‘কুকসেইফ’ -এ পাওয়া বিবরণগুলি পরীক্ষা করে দেখা শেষ করে দেখার সময় আপনি “কার্যকারিতা যাচাই” প্রক্রিয়া পরিচালনা করছেন। (এই ম্যানুয়ালের **রেকর্ডস** অংশটি দেখুন)।

দলিলপত্র

একটি এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতি যে ঠিকমত কাজ করছে তার প্রমাণস্বরূপ উপযুক্ত দলিলপত্র অবশ্যই থাকতে হবে।

আপনার এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতিসমূহের সমর্থনে যে সমস্ত দলিলসমূহ আছে তাদের মধ্যে এই অংশটিতে উল্লেখ করা সবকিছু মূল অংশে আপনার অভিপ্রায়ের বিবরণ নিশ্চয়ই থাকতে হবে।

একটি এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতি সংগঠিত করার জন্য যেসব দলিলপত্রের দরকার হতে পারে তার সবকিছির টেমপ্লেট ‘কুকসেইফ’ আপনাকে সরবরাহ করবে।

একটি এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতি হল খাদ্য নিরাপত্তাবিধানের একটা প্রক্রিয়া যেটা, ঠিকমত ব্যবহার করা হলে, নিরাপদে খাদ্য প্রস্তুত করায় সাহায্য করে।

আপনার ব্যবসায় এই পদ্ধতিটির পূর্ণ ব্যবহার নিশ্চিত করা অবশ্যপ্রয়োজনীয়, অন্যথায় এর কার্যকারিতা কমে যাবে এবং খাদ্যের নিরাপত্তার মানের অবনতি ঘটবে।

একটি এইচএসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক পদ্ধতি চালু করার আগে ব্যবসায় পরিচালকদের খাদ্যের নিরাপত্তাবিধান সম্পর্কে কিছুটা জ্ঞান থাকা দরকার।

এই অংশটি পড়া শেষ করার পর, অ্যাকশন প্ল্যান-এর ভূমিকা অংশে মনে করে স্বাক্ষর করুন আর তারিখ বসান।



বিভিন্ন পরিভাষার টীকা বা ব্যাখ্যা

এইচএসসিপি (HACCP) পরিভাষাগুলি আগেই এই অংশে ব্যাখ্যা করা হয়েছে। এই পৃষ্ঠাটি 'কুকসেইফ' -এ ব্যবহৃত অন্য পরিভাষাগুলির টীকা বা ব্যাখ্যা প্রদান করে।

অ্যাকশন প্ল্যান	একটি এইচএসসিপি (HACCP)-ভিত্তিক খাদ্য নিরাপত্তা ব্যবস্থা সংগঠিত করার জন্য এই নির্দেশপুস্তিকা যে ব্যক্তি ব্যবহার করবেন তাকে যেসব ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে তার বিবরণের দলিল।
অ্যালার্জি	কয়েক ধরণের খাদ্যের প্রতি মানবশরীরের রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতার অত্যন্ত আক্রমণাত্মক প্রতিক্রিয়া, যা যেসব লোক এইসব অবস্থায় আক্রান্ত নয় তাদের কোনরকম ক্ষতি করে না।
অ্যাঞ্টিবায়োটিক টেমপারেচার	পারিপার্শ্বিক পরিবেশের তাপমাত্রা- সাধারণত 'রুম টেম্পারেচার' বা ঘরে স্বাভাবিক তাপমাত্রাকে বোঝাতে ব্যবহৃত হয়।
ব্যাকটেরিয়া	অতি ক্ষুদ্র এককোষী জীব বা প্রাণীর সমষ্টি বা পুঞ্জ। এগুলির কয়েকটা খাদ্যে বিক্রিয়ামার সৃষ্টি অথবা খাদ্যদ্রব্যের পচনের জন্য দায়ী বলে জানা গেছে।
'বেস্ট বিফোর' ডেট	কোন খাদ্যে লেবেলের উপর ছাপা তারিখ যেটা নির্দেশ করে সঠিকভাবে মজুদ করা হয়ে থাকলে কোন তারিখ পর্যন্ত ওই খাদ্য ব্যবহারের সম্পূর্ণ উপযোগী থাকবে বলে যুক্তিসঙ্গতভাবে আশা করা যায়।
ক্লিনিং বা সাফাই	উপরিভল, সরঞ্জাম, এবং ফিটিংসগুলি থেকে খাদ্যের টুকরো, দেখতে পাওয়া আবর্জনা এবং খাদ্যের ভগ্নাবশেষ গরম পানি এবং সাবান ব্যবহার করে পরিষ্কার করা।
কোর টেমপারেচার	খাদ্যের একটা খণ্ডের কেন্দ্রের বা সবচেয়ে পুরু অংশের তাপমাত্রা।
কন্ট্যাক্ট টাইম	সংক্রমণ নাশ করতে কোনও সংক্রমণনাশককে সমতলের সাথে যতক্ষণ ধরে স্পর্শে থাকতে হবে সেই সময়।
কন্ট্যামিনেশন	বিভিন্ন খাদ্যে এমন কোন ক্ষতিকর পদার্থের অনুপ্রবেশ বা অস্তিত্ব যার দরুন ওইসব খাদ্যের নিরাপত্তা বা পুষ্টির হানি ঘটতে পারে।
ক্রস কন্ট্যামিনেশন	বিক্রিয়ামুক্ত খাবার থেকে বিক্রিয়ামুক্ত খাদ্যে ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া চলে যাওয়া প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষ যোগাযোগে।
ডিটারজেন্ট	এক পরিষ্কার করার সামগ্রী (যাতে সংক্রমণনাশক বৈশিষ্ট্য নেই) যা রাসায়নিক যৌগ থেকে তৈরী এবং সাধারণ পরিষ্কারের জন্য ব্যবহৃত হয়।
ডিসইনফেক্ট্যান্ট	এমন এক বস্তু যা ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া ধ্বংস করতে পারে, যখন তা এক নির্দিষ্ট ঘনত্বে এবং স্পর্শে থাকার সময়ে এক দৃশ্যত পরিষ্কার সমতলে প্রয়োগ করা হয়।
ডিসইনফেকশন	ক্ষতিকর মাইক্রো-অর্গানিজম বা অতি ক্ষুদ্র জীবের অস্তিত্বের মাত্রা কমানোর লক্ষ্যে সামগ্রিক সাফাই প্রক্রিয়ার একটা অংশ যার দ্বারা হয় খাদ্যের ক্ষতিকর দূষণ কিংবা পচন ঘটবে না।
ডুয়াল-ইউজ	কাঁচা খাদ্য, এবং গ্রহণের জন্য তৈরী খাদ্য দুটির জন্য ব্যবহার করা হয় এমন সরঞ্জাম।
ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া	খাদ্য দূষণের মাধ্যমে অসুস্থতা সৃষ্টিকারী রোগজীবাণু।
অতিরিক্ত বুক্টিসম্পন্ন খাদ্য	সাধারণত এমন ধরণের খাদ্য হিসাবে বিবেচিত যা ক্ষতিকর রোগজীবাণুর বংশবৃদ্ধিতে সাহায্য করে এবং যেগুলি অন্য কোনরকম প্রতিষেধক ব্যবস্থা গ্রহণ ছাড়াই, যেমন রান্না করা, যা ওই জাতীয় রোগজীবাণুকে ধ্বংস করবে, খাওয়া হতে পারে। অতিরিক্ত বুক্টিসম্পন্ন খাদ্যে সাধারণত বেশীমাত্রায় প্রোটিন বা দেহসার থাকে, যাদের রেফ্রিজারেশন বা হিমায়িতকরণ দরকার এবং অবশ্যই কাঁচা খাদ্য থেকে আলাদা রাখতে হয়।

পারস্পরিক আলাদা সংরক্ষণ	যখন স্থানটির কিছু অংশ আর কিছু সরঞ্জাম আর বাসন একান্তভাবে আর স্থায়ীভাবে কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহার করা হয় (কাঁচা মাংস/সবজি সহ)।
কাঁচা খাবারের এলাকা	রান্নাঘরের একটি অংশ যেটি একান্তভাবে শুধুমাত্র কাঁচা খাবার নিয়ে কাজ করার জন্য স্থায়ীভাবে সংরক্ষিত থাকে।
কাঁচা খাবার	কাঁচা মাংস আর যে কোনও কাঁচা খাবার যেমন না ধোওয়া সবজি যা ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়ার সম্ভাব্য উৎস।
কাঁচা মাংস	গরুর মাংস, শূয়ারের মাংস, ভেড়া, মুরগী, টাকী, গেম এবং যাতে অন্তর্ভুক্ত কিমা, বার্গার ও সসেজ।
খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য	এমন খাবার যার আর খাবার আগে রান্না করার বা আবার গরম করার প্রয়োজন নেই।
স্যানিটাইজার/ব্যাকটেরিসাইডাল ডিটারজেন্ট	একটি বস্তু যা সাবান আর সংক্রমণনাশক একটি পণ্ড্রব্যে রাখে।
স্পোরস	কিছু কিছু ধরণের ব্যাকটেরিয়া একটি বিশ্রামের পর্যায়ে যাবার ক্ষমতা রাখে যা উচ্চ তাপমাত্রায় এবং অন্য প্রতিকূল অবস্থায় বেঁচে থাকতে পারে। এই পর্যায়ের ব্যাকটেরিয়াকে স্পোরস বলে। যদি পরিস্থিতি অনুকূল হয় স্পোরসগুলি আবার “জার্মিনেট বা জীবানু ছড়াতে পারে” বা বেড়ে উঠতে পারে।
টক্সিনগুলি	টক্সিন হল এক ধরণের বিষ যা ব্যাকটেরিয়া তৈরী করে আর যাতে থেকে খাবারে বিক্রিয়া ঘটতে পারে।
তারিখ ‘অনুযায়ী ব্যবহার’	মাইক্রোবায়োলজিক্যাল ভাবে অর্থাৎ রোগজীবাণুর আক্রমণে নষ্ট হয়ে যেতে পারে এমন আগে থেকে প্যাক করা খাদ্যের আধারে লেখা তারিখ যা পার হয়ে যাবার পর খাদ্যে বিক্রিয়ার ঝুঁকি সৃষ্টি হতে পারে।
দৃশ্যত পরিষ্কার	কোন দৃশ্যমান গ্রিজ বা ফিল্ম বা কঠিন বস্তু থেকে মুক্ত।



প্রাসঙ্গিক এইচএসসিপি (HACCP) চার্ট বা ছক: প্রস্তুতি, পরিবেশন

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি সংক্রান্ত হাউজরুলস

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি জরুরী কেন?

আপনার ব্যবসায় কাজ করা ব্যক্তির খাবার দূষিত করতে পারেন বা কাঁচা থেকে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যে দূষণ ছড়াতে পারেন। এই ঝুঁকিগুলি “ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির সুনীলন” দ্বারা নিয়ন্ত্রণ করা যায় বিশেষত হাত এবং সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকা নিশ্চিত করার মাধ্যমে।

কি কি বিষয় বিবেচনা করা দরকার?

হাত ধোওয়া

হাত ধোওয়া অত্যন্ত জরুরী এবং তা দূষণ ছড়ানো প্রতিরোধ করতে খুব ভালোভাবে করতে হবে। এক **কার্যকর হাত ধোওয়ার পদ্ধতি** অবশ্যই ব্যবহার করতে হবে আর তা এই অংশের পরের দিকে পাওয়া যাবে। বিশেষত, নিম্নলিখিত সময়গুলিতে হাত অবশ্যই ধুতে হবে:

- কাজ শুরু করার আগে
- খাবার নাড়াচাড়া করার আগে
- টয়লেট ব্যবহার করার পরে
- কাঁচা খাবার আর কাঁচা খাবারের মোড়ক নাড়াচাড়া করার পরে
- বিন ছোঁয়া বা বর্জ্য নাড়াচাড়া করার পরে
- প্রত্যেক বিরতির পর
- খাওয়া বা পান করার পর
- সফাইয়ের পর
- আপনার নাক ঝাড়ার পর।

হাত দিয়ে ছোঁয়া

কাঁচা খাবার হাত দিয়ে যত কম ছোঁয়া যায় ততই ভালো, এটা করতে হবে চিমটে, বাসর আর ফেলে দেওয়া যায় এমন দস্তানার নিরাপদ ব্যবহারের মাধ্যমে। নিশ্চিত করুন যে পরিষ্কার হাত লাইটের সুইচ, দরজার হাতল, ক্যাশ রেজিস্টার, টেলিফোন এবং কলমের মত হাত দিয়ে ছোঁয়ার উপরিতল স্পর্শ করার মাধ্যমে দূষিত না হয়ে যায়।

আপনার ব্যবসায় ফেলে দেওয়া যায় বা ডিসপোজেবল দস্তানা ব্যবহার করার আগে, আপনাকে বিবেচনা করতে হবে যে ডিসপোজেবল দস্তানা দূষণের উৎস হয়ে উঠতে পারে এবং এটা অত্যন্ত প্রয়োজনীয় যে আপনি বিবেচনা করেন যে দস্তানা আপনার ব্যবসাতে নিরাপদে ব্যবহার করা যায় কি না। নিম্নলিখিত বিষয়গুলো খেয়াল করতে হবে:

- দস্তানা পরার আগে হাত সব সময়ে ধুয়ে নিতে হবে
- যদি দস্তানা ক্ষতিগ্রস্ত হয় তাহলে তা ফেলে দিতে হবে
- টাকার মত কোন জিনিষের সংস্পর্শে এলে দস্তানা ফেলে দিতে হবে এবং তা খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য ব্যবহার করা যাবে না।

টীকা: ডিসপোজেবল দস্তানা কিছুতেই হাত ধোওয়ার বিকল্প হিসাবে ব্যবহার করা যাবে না।

পারস্পরিক দূষণের বিরুদ্ধে অতিরিক্ত সুরক্ষার জন্য বিএস ইএন 1499 মানদণ্ড অর্জনকারী **তরল হাত ধোওয়ার সাবান** (সংক্রমণনাশক বৈশিষ্ট্য সহ) ব্যবহারের সুপারিশ করা হয়। এই মানদণ্ডের বিষয়ে তথ্য পণ্যদ্রব্যের লেবেলে বা সরবরাহকারী বা প্রস্তুতকার্তার সাথে যোগাযোগ করে পাওয়া যাবে।

বিএস ইএন 1500 মানদণ্ড অর্জনকারী **স্বাস্থ্যবিধিমূলক হাত ঘষার সামগ্রী বা রান** (সংক্রমণনাশক বৈশিষ্ট্য সহ) পারস্পরিক দূষণের বিরুদ্ধে অতিরিক্ত সুরক্ষা প্রদান করতে পারে এবং যেখানে পারস্পরিক দূষণের বর্ধিত ঝুঁকি থাকে সে ক্ষেত্রে হাত ধোওয়ার পর এটি ব্যবহারের জন্য সুপারিশ করা হয়, যেমন যেখানে হাত ধোওয়ার আগে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করা হয়েছে। **মলে রাখবেন স্বাস্থ্যবিধিমূলক হাত ঘষার সামগ্রী বা রান কিছুতেই হাত ধোওয়ার বিকল্প হিসাবে ব্যবহার করা যাবে না।**

টীকা: হাতের স্পর্শের মাধ্যমে দূষণ আরো কমাতে, হাত দিয়ে চালু করার দরকার হয় না এমন পানির কল স্থাপনা করার বিষয়ে বিবেচনা করতে হবে।

কার্যকর হাত ধোয়ার পদ্ধতি

কার্যকর হাত ধোয়ার পদ্ধতি খাবার নাড়াচাড়া করা ব্যক্তিদের অবশ্যই প্রশিক্ষিত হতে হবে এবং তারা যে এতে পটু তা যাচাই করে নিতে হবে। যেখানে কাঁচা খাবার আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাবারের মধ্যে পারস্পরিক দূষণের ঝুঁকি আছে সেসব ক্ষেত্রে এটা বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ।

নিম্নলিখিত ধাপগুলি সব সময়ে অন্তর্ভুক্ত করতে হবে:

আপনার হাত ভালোভাবে ভিজিয়ে নিন আর তাতে তরল সাবান মাখান*		
কচলানোর ধাপগুলি		
	1.	হাতের পাতার সাথে পাতা ঘষে ঘষে ফেনা তুলুন।
	2.	এক হাতের পাতার সাথে অন্য হাতের পিছনের দিকে আর আঙ্গুলগুলি ধরে ঘষুন। তারপর অন্য হাতে একই ভাবে ঘষুন।
	3.	আঙ্গুলগুলি একে অপরের সাথে জড়িয়ে হাতের পাতার সাথে পাতা ঘষুন।
	4.	আঙ্গুলগুলি একে অপরের সাথে জড়িয়ে আঙ্গুলের পিছন দিকগুলি অন্য হাতের পাতার সাথে ঘষুন। তারপর অন্য হাতে একই ভাবে ঘষুন।
	5.	অন্য হাতের পাতা দিয়ে বুড়ো আঙ্গুল ধরুন আর ঘোরান। তারপর অন্য হাতে একই ভাবে ঘষুন।
	6.	ধরে রাখা আঙ্গুলগুলি দিয়ে হাতের পাতার সামনে আর পিছনে ঘষুন। তারপর অন্য হাতে একই ভাবে ঘষুন।
<p>সাবানটি পরিষ্কার পানি দিয়ে ধুয়ে নিন এবং একবার ব্যবহারের তোয়ালে দিয়ে আপনার হাত স্বাস্থ্যবিধি অনুসারে মুছে শুষ্ক করুন*.</p> <p>ধোওয়া হাত যাতে পানির কলের সংস্পর্শে না আসে তা নিশ্চিত করতে একটি পরিষ্কার একবার ব্যবহারের তোয়ালে দিয়ে পানির কল বন্ধ করে দিন।</p>		

অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন: যদি ধোওয়ার পরে আপনার হাত দৃশ্যত পরিষ্কার না থাকে তাহলে আপনার হাত **ধোওয়ার পদ্ধতি** কার্যকর হয় নি এবং তা পুনরাবৃত্তি করতে হবে।

*এই সামগ্রীগুলি সাধারণ কুকসেইফ পদ্ধতির অংশ হিসাবে সুপারিশ করা হয়েছে। প্রস্তুতকর্তার বিকল্প সামগ্রী ব্যবহার করতে পারেন যদি তা সমন্বয় স্বাস্থ্যবিধিগত ফলাফল প্রস্তুত করতে পারে।

ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা

- চুল পিছনে বেঁধে রাখতে হবে আর ভালো হয় যদি তা ঢেকে রাখা হয়
- খাবার নিয়ে যারা নাড়াচাড়াকারী ব্যক্তির খাবারের উপর কাশি বা হাঁচি দিবেন না
- কাটা বা ক্ষতস্থানে একটি ওয়াটারপ্রুফ (ভালো হয় যদি সহজে দেখা যায়) ড্রেসিং দিয়ে ঢেকে রাখতে হবে
- খাবার তৈরী আর নাড়াচাড়া করার সময় খুব কম গয়না পরতে হবে।

সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক

- খাদ্য প্রস্তুত করার এলাকায় কর্মরত সব কর্মীদের উপযুক্ত, পরিষ্কার সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক পরতে হবে, যা নিয়মিতভাবে পরিবর্তন করতে হবে আর উপযুক্ত বেশি তাপমাত্রায় কাচতে হবে, যাতে আপনার তৈরী খাবার সুরক্ষিত থাকে
- যদি সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য দূষিত হয়ে যায় তাহলে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য নাড়াচাড়া করার আগে এটি অবশ্যই পরিবর্তন করতে হবে। কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার কোনও ক্রিয়াকলাপের সময় এবং যেখানে কাঁচা খাবার দ্বারা সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক দূষিত হওয়ার বেশি ঝুঁকি থাকে, সেখানে ডিসপোজবেল বা একবার ব্যবহারের পর ফেলে দেয়া যাবে এমন গ্লাস্টিকের অ্যাপ্রনের ব্যবহার সুপারিশ করা হয়
- দূষিত পোশাক খুলে ফেলার পরে এবং পরিষ্কার সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক পরার আগে ভালো করে হাত ধুতে হবে। এই উপ-অংশের শেষে হাউজ রুলসে সুরক্ষাবিধানকারী পোশাক নিরাপদে ব্যবহার করার নিয়মগুলি লিখতে হবে।

অসুস্থতা/কাজ থেকে বিরত থাকার ব্যাপারে খবর দেওয়া

খাদ্য নিরাপত্তায় ঝুঁকি আনে এমন রোগের কথা জানানো আবশ্যিক এবং যেখানে খাদ্যের দূষণের কোন সম্ভাবনা থাকে সেখানে সংশ্লিষ্ট কর্মীকে খাবার নাড়াচাড়া করার দায়িত্ব থেকে বাদ দিতে হবে।

খাবার নাড়াচাড়াকারী ব্যক্তিদের কেউ এই উপ-অংশের শেষের “কাজে ফেরত আসার প্রক্রিয়া”য় তালিকাভুক্ত কোন অসুখে আক্রান্ত হলে তারা সম্পূর্ণভাবে সেরে ওঠা পর্যন্ত তাদেরকে অবশ্যই খাবার নাড়াচাড়া করার দায়িত্ব থেকে বাদ দিতে হবে।

যদি কোন কর্মীর বাসায় কেউ পেটখারাপ, ডায়রিয়া বা বমিতে আক্রান্ত থাকেন তাহলে সেটি নিয়োগকর্তাকে জানাতে উৎসাহ প্রদান করা একটি ভালো চর্চা। আইন অনুযায়ী নিয়োগকর্তাদের দায়িত্ব হল এটি নিশ্চিত করা যে কোন খাবার নাড়াচাড়া করা ব্যক্তি খাদ্য নিরাপত্তার জন্য কোনও ঝুঁকির কারণ না হন।

কাজ থেকে বিরত থাকার/অসুস্থতার পরে কাজে ফিরে আসা

এটি সুপারিশ করা হয় যে গ্যাস্ট্রো-ইনটেস্টাইনাল লক্ষণগুলি (বমি/ডায়রিয়া) থেকে অন্তত 48 ঘন্টা মুক্ত না হওয়া পর্যন্ত কোনও কর্মী কাজে ফিরবেন না। যে কর্মীরা ডায়রিয়া-বিরোধী ওষুধ গ্রহণ করছেন তারা ওষুধ বন্ধ করার পর লক্ষণগুলি থেকে অন্তত 48 ঘন্টা পর্যন্ত মুক্ত না হলে কাজে ফিরবেন না।

আমশয়, ই.কোলাই 0157, টাইফয়েড এবং প্যারোটাইফয়েড সহ কিছু সুনির্দিষ্ট সংক্রমণে আক্রান্ত কর্মীদেরকে আনুষ্ঠানিকভাবে কাজের বাইরে রাখতে হবে এবং পরবর্তীতে খাদ্য নাড়াচাড়ার কাজে যোগ দানের পূর্বে তাদের জন্য ডাক্তার কাছ থেকে সুস্থতার ছাড় পত্রের দরকার হবে। এই উপ-অংশের শেষে একটি “কাজে ফেরত আসার প্রক্রিয়া” পাওয়া যাবে।

অনুগ্রহ করে খেয়াল করুন যে কিছু কিছু ব্যক্তির এমন মেডিক্যাল অবস্থা থাকতে পারে যার ফলে মনত্যাগের ধরণে পরিবর্তন আসতে পারে কিন্তু তা সংক্রমণের ঝুঁকির সাথে সংশ্লিষ্ট নয়। এই সব ক্ষেত্রে, শূন্য সম্ভাব্য সংক্রমণের কারণে মনত্যাগের ধরণে পরিবর্তন হলে সেটি আমলে নিতে হবে।

আপনার এখন যা যা করা দরকার

আপনার এইচএসসিপি (HACCP)-ভিত্তিক ব্যবহার ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির অংশ কার্যকরভাবে পরিচালনা এবং নির্দেশনার জন্য এই উপ-অংশের তথ্য ব্যবহারের জন্য, পরের পাতায় যান এবং আপনার ব্যবসার জন্য ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুলসের একটি তালিকা লিখুন।

আপনি কিভাবে হাউজ রুলস-গুলি লিখতে পারেন এটি তার এক উদাহরণ:

বর্ণনা করুন:	নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা আর ক্রিটিক্যাল কন্ট্রোল লিমিটস (যেখানে প্রযোজ্য) নজরদারি এবং তা কত মনবন করা হবে
কার্যকর হাত ধোওয়ায় উপর প্রশিক্ষণ	<ul style="list-style-type: none"> খাদ্য তৈরীর অঞ্চলে কাজ করা সকল কর্মীদের সম্পূর্ণভাবে প্রশিক্ষিত হতে হবে এবং কার্যকর হাত ধোওয়ার পদ্ধতিতে পটু আছে কিনা সেটি যাচাই করা হবে, প্রশিক্ষণ রেকর্ডগুলি দেখুন কাজ শুরু হওয়ার আগে আর নিম্নলিখিত সময়গুলিতে হাত অবশ্যই ধুতে হবে: <ul style="list-style-type: none"> খাবার নাড়াচাড়া করার আগে টমলেট ব্যবহার করার পরে কাঁচা খাবার আর কাঁচা খাবারের মোড়ক নাড়াচাড়া করার পরে বিন ছোঁয়া বা বর্জ্য নাড়াচাড়া করার পরে প্রত্যেক বিরতির পর খাওয়া বা পান করার পর সফাইয়ের পর আপনার নাক ঝাড়ার পর হাত শূকতে আর পানির কলগুলি বন্ধ করে দিতে একবার ব্যবহার করার তোয়ালে ব্যবহার করতে হবে সব সময়ে তোয়ালে আর তরল সাবানের যথেষ্ট সরবরাহ উপলব্ধ থাকবে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার পর হাত ধোবেন এবং অতিরিক্ত সুরক্ষার জন্য স্বাস্থ্যবিধি অনুসরণ করা হাত ঘষা বা ঝাঝ ব্যবহার করবেন প্রত্যক্ষ যাচাইয়ের মাধ্যমে তত্ত্বাবধান নজরদারি অব্যাহত থাকবে।

নজরদারি

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির জন্য আপনার হাউজ রুলসগুলি একবার সম্পূর্ণ হলে আপনাকে তার প্রয়োগের উপর নজরদারি করতে হবে। আপনি যে নজরদারি করেন তার একটি রেকর্ড রাখুন। এটি **সাপ্তাহিক রেকর্ড** ব্যবহার করে করা যেতে পারে (এই ম্যানুয়ালের **রেকর্ডস** অংশটি দেখুন)।

সংশোধনকারী ব্যবস্থা

আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুলসগুলি সব সময় বাস্তবায়ন করা হয়। যদি আপনি দেখেন যে কোন কর্মী তার যখন হাত ধোওয়ার কথা তখন তিনি হাত না ধুলে অবিলম্বে তার হাত ধোয়া নিশ্চিত করবেন এবং খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার দূষিত হবার কোন সম্ভাবনা থাকলে সেটি ফেলে দিবেন। কাজ করার পূর্বে হাত ধোওয়া কতটুকু যে গুরুত্বপূর্ণ তার উপর জোর দিন আর কর্মীদের পুনরায় প্রশিক্ষণ দিন। যতক্ষণ না আপনি সন্তুষ্ট হবেন যে কর্মীদের হাত ধোওয়া পদ্ধতি কার্যকর ততদিন কর্মীদের উপর নজরদারি বাড়িয়ে দিন। **সাপ্তাহিক রেকর্ডে** চিহ্নিত সমস্যা ও সমাধানের জন্য গৃহীত পদক্ষেপগুলোর একটি রেকর্ড রাখুন।

4.12(b) হাউজ রুলস ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির বিষয়ে দেওয়া প্রশিক্ষণ এই প্রশিক্ষণ রেকর্ডে লিপিবদ্ধ করতে হবে। একটি প্রশিক্ষণ রেকর্ডের উদাহরণ এই ম্যানুয়ালের **প্রশিক্ষণ হাউজ রুলস** উপ-অংশে পাওয়া যাবে।

নজরদারি আর সংশোধনী ব্যবস্থার সব রেকর্ড রেখে দিতে হবে যথাযথ সময়কালের জন্য যাতে প্রদর্শন করা যায় যে আপনার এইচএসসিপি (HACCP) ব্যবস্থা ঠিকভাবে কাজ করছে।

অ্যাকশন প্ল্যান

একবার আপনার হাউজ রুলস সম্পূর্ণ করলে, আপনার অ্যাকশন প্ল্যান হালনাগাদ করার কথা মনে রাখবেন।

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি হাউজ রুলস হল আপনার এইচএসসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থার এক জরুরি উপাদান এবং তা সব সময় হালনাগাদ রাখতে হবে। আপনার হাউজ রুলস সঠিকভাবে লিখতে হবে যাতে আপনি আপনার ব্যবসা কিভাবে চালান তা সঠিকভাবে প্রদর্শন করতে এবং আপনার খাবার নাড়াচাড়া কর্মীরা তা সহজেই বুঝতে পারেন।

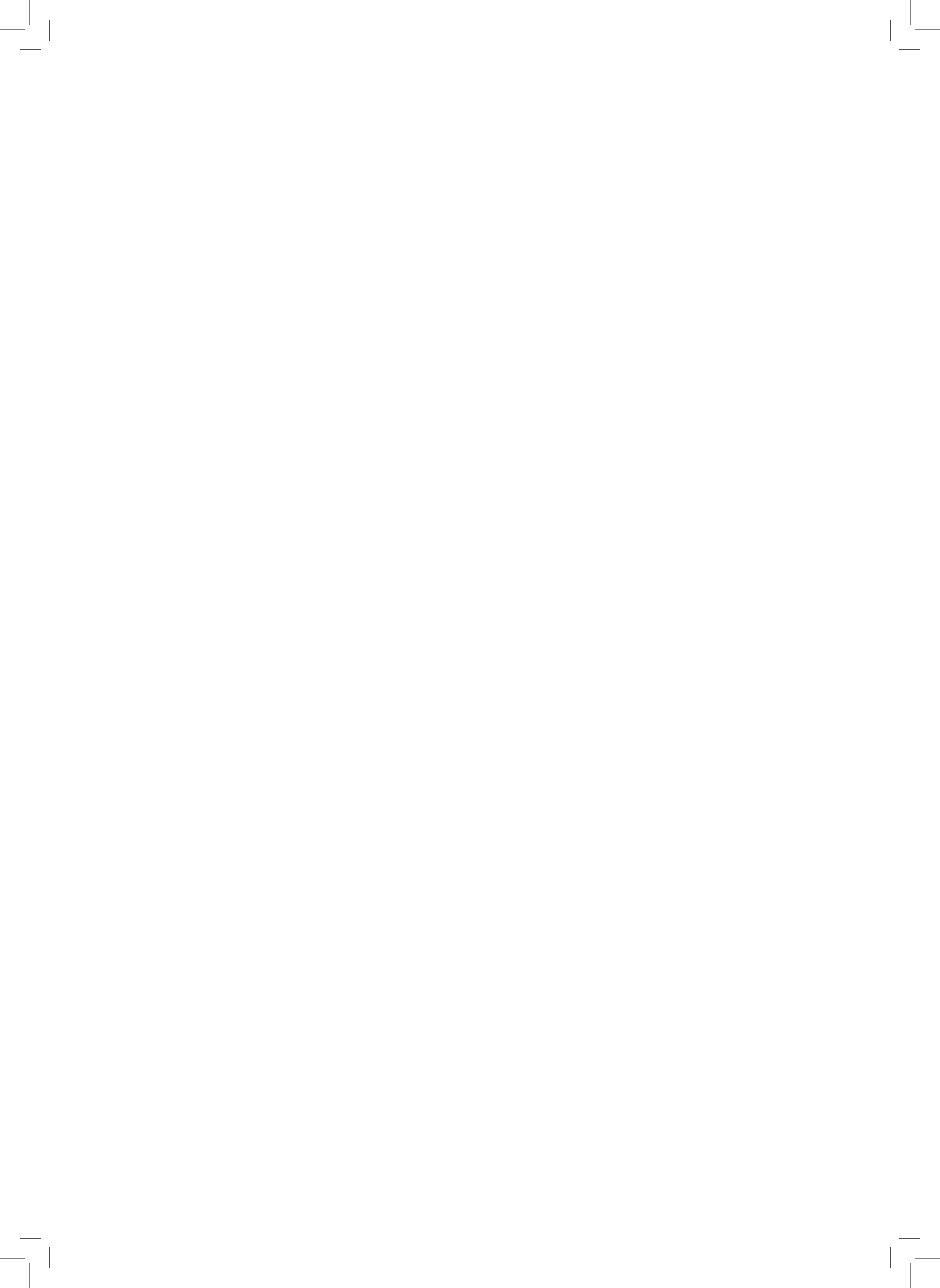
ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুলস

নিচের সারণীতে আপনার ব্যক্তিগত হাউজ রুলস-এর একটি বিবৃতি প্রবেশ করান:

নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা আর ত্রিটিক্যাল কন্ট্রোল লিমিটস (মেখানে প্রযোজ্য)	
বর্ণনা করুন	নজরদারি এবং তা কত ঘনঘন করা হবে
এগুলির বিষয়ে নিয়ম: কার্যকর হাত ধোওয়ার পদ্ধতি (যাতে অন্তর্ভুক্ত কিভাবে আপনি স্পর্শ করা ন্যূনতম করবেন)	
ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতা	
প্রতিরক্ষামূলক পোশাক	
এগুলির বিষয়ে নিয়ম: • অসুস্থের বিষয়ে জানানো	
এগুলির বিষয়ে নিয়ম: • কাজের বাইরে খাকা/কাজে ফেরত আসা	
আপনার ব্যবসায় ব্যবহৃত নজরদারি/পরীক্ষা এবং অন্য কোল যথাযথ রেকর্ড	• সাপ্তাহিক রেকর্ড

স্বাক্ষরিত ব্যবসায়িক পদ তারিখ

ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি হাউজ রুলস হল আপনার এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থার এক অঙ্গুরি উপাদান এবং তা সব সময় হালনাগাদ রাখতে হবে।



কাজে ফেরত আসার প্রশ্নমালা

অংশ 1 (অসুখ থেকে সুস্থ হয়ে কাজে ফেরত আসার সময় সকল খাবার নাড়াচাড়া করা ব্যক্তিদের সম্পূর্ণ করতে হবে)

নাম: ফেরত আসার তারিখ:

অনুগ্রহ করে নিম্নলিখিত প্রশ্নগুলির উত্তর দিন:

আপনি কাজ থেকে অনুপস্থিত থাকার সময়, আপনি কি নিম্নলিখিত কোন অসুখে ভুগেছিলেন:

অনুগ্রহ করে টিক চিহ্ন দিন ও যে তারিখে অসুখ ভাল হয় সেটি লিখুন

	হ্যাঁ	না	যে তারিখে লক্ষণগুলি বন্ধ হয়েছে
(ক) ডায়রিয়া?			
(খ) বমি?			
(গ) মাড়ি/মুখ, কান বা চোখ থেকে পুঁজ পড়া?			
(ঘ) জ্বরের সাথে গলাব্যথা?			
(ঙ) বারবার হওয়া মলত্যাগে সমস্যা?			
(চ) বার বার হওয়া স্বকের রোগ?			
(ছ) অন্য কোনও অসুখ যা খাদ্য নিরাপত্তায় ঝুঁকির কারণ হয়?			

আপনি কি ডায়রিয়া বা বমির চিকিৎসা করার জন্য সাম্প্রতিক সময়ে ওষুধ গ্রহণ করেছেন? অনুগ্রহ করে টিক চিহ্ন দিন

হ্যাঁ না

স্বাক্ষর (খাদ্য নাড়াচাড়াকারী ব্যক্তি) তারিখ

অংশ 2 (ম্যানেজার/তত্ত্বাবধায়ককে সম্পূর্ণ করতে হবে)

যদি উপরের সবকিছু প্রশ্নের উত্তর “না” হয়, সেই ব্যক্তিকে খাদ্য নাড়াচাড়া করার কাজে ফেরত আসতে দেওয়া যেতে পারে। (সম্পূর্ণ করুন আর নিচে স্বাক্ষর করুন)

কিন্তু, যদি কোন প্রশ্নের উত্তর “হ্যাঁ” হয়, সেই ব্যক্তিকে খাদ্য নাড়াচাড়া করতে দেওয়া যাবে না যতক্ষণ না তিনি 48 ঘন্টা পর্যন্ত লক্ষণমুক্ত থাকেন, বা যদি আনুষ্ঠানিকভাবে বাদ দেওয়া হয়, সে ক্ষেত্রে কাজে ফেরায় উপযুক্তভাবে চিকিৎসকের পরামর্শ না পাওয়া পর্যন্ত। বিকল্পভাবে, খাদ্য নাড়াচাড়াকারীদের উন্মুক্ত স্বকে (হাত, গলা বা মাথায়) ক্ষতস্থান থেকে সক্রিয়ভাবে তরল বা পুঁজ বের হলে সেটি পুরোপুরি সেরে না উঠা পর্যন্ত তাদেরকে কাজ থেকে বাইরে থাকতে হবে। (অংশ 3 দেখুন)

আমি নিশ্চিতভাবে জানাচ্ছি যে খাদ্য নাড়াচাড়া করার দায়িত্ব পুনরায় শুরু করতে পারেন।

স্বাক্ষর (ম্যানেজার/তত্ত্বাবধায়ক) তারিখ

অংশ 3 (চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়ার পরে ম্যানেজার/তত্ত্বাবধায়ককে সম্পূর্ণ করতে হবে)

কর্মী কি মেডিক্যাল পরামর্শ পেয়েছেন?

অনুগ্রহ করে টিক চিহ্ন দিন

(ক) মেডিক্যাল বা চিকিৎসকের কাছ থেকে ছাড় না পাওয়া পর্যন্ত কাজ থেকে বাদ দেয়া	
(খ) ছাড় না পাওয়া পর্যন্ত নিরাপদ বিকল্প কাজে সরিয়ে দেওয়া	
(গ) সম্পূর্ণ খাবার নাড়াচাড়া করার দায়িত্বে ফেরত আসবেন	

যদি (ক) বা (খ) টিক করা হয়, যথাযথ পদক্ষেপ নিতে হবে। যদি (গ) টিক করা হয়, খাদ্য নাড়াচাড়াকারী অবিলম্বে কাজ করা শুরু করবেন।

আমি নিশ্চিতভাবে জানাচ্ছি যে খাদ্য নাড়াচাড়া করার দায়িত্ব পুনরায় শুরু করতে পারেন।

স্বাক্ষর (ম্যানেজার/তত্ত্বাবধায়ক) তারিখ





প্রাসঙ্গিক এইচএসসিপি (HACCP) চার্টস বা ছক: ক্রয়, মজুদ, প্রস্তুতি, ঠাণ্ডা করা, পরিবেশন

সফাই সংক্রান্ত হাউজ রুলস

সফাই আর সংক্রমণনাশ করার মধ্যে তফাত কি?

সফাই হল উপরিতল, সরঞ্জাম এবং ফিটিংগুলি থেকে গরম পানি আর ডিটারজেন্ট ব্যবহার করে খাবারের ভগ্নাংশ, দৃশ্যমান ময়লা আর খাবারের টুকরোগুলি বাস্তবে সরানোর প্রক্রিয়া। শুধু সফাই করলে সব ব্যাকটেরিয়া নির্মূল করা যাবে না।

সংক্রমণনাশ হল সাধারণ সফাইয়ের পর ব্যাকটেরিয়া আর ভাইরাস মারার প্রক্রিয়া। দৃশ্যত কোন পরিষ্কার উপরিতলে সংক্রমণনাশক লাগাতে হবে এবং তা নিম্নলিখিত মালের হতে হবে:

বিএস ইএন 1276 বা বিএস ইএন 13697.

টীকা: আপনার বর্তমান পণ্যদ্রব্যের লেবেল যাচাই করে নিন যে তারা **বিএস ইএন** মানক অর্জন করে কি না। যে কোম্পানিগুলি আপনার এলাকায় উপযুক্ত সফাই আর সংক্রমণনাশের পণ্য সরবরাহ করে তার এক তালিকার জন্য আপনার এনফোর্সমেন্ট অফিসারের সাথে যোগাযোগ করুন।

আমাদের কেন সফাই আর সংক্রমণমুক্ত করতে হবে?

কয়েকটি কারণে সফাই আর সংক্রমণমুক্ত অত্যন্ত জরুরী:

- খাদ্যে বিষক্রিয়া প্রতিরোধ করার জন্য – উপযুক্ত সফাই আর সংক্রমণমুক্ত করার প্রক্রিয়া সমস্ত উপরিতল আর সরঞ্জাম থেকে ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া নষ্ট করার ব্যবস্থা করবে এবং পারস্পরিক দূষণের ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করবে
- এমন সামগ্রী সরানো যা খাদ্য দূষণ করতে পারে বা পোকামাকড়কে আকর্ষিত করতে পারে।

কি কি জিনিষের সফাই আর সংক্রমণনাশ করার প্রয়োজন হয়?

খাদ্য ব্যবসায়ের প্রাপ্ত সমস্ত সরঞ্জাম আর কাজের এলাকা পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন রাখা দরকার হয়। কিন্তু কখন সংক্রমণনাশ করার প্রয়োজন সেটি অবশ্যই **আপনাকে** সিদ্ধান্ত নিতে হবে। কিভাবে সংক্রমণনাশের মাধ্যমে আপনার ব্যবসায় পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণে রাখা যায় **কুকসেইফ** আপনাকে সেই নির্দেশনা দেয়। এই নির্দেশনার প্রয়োগ আপনাকে পর্যাপ্ত সাধারণ স্বাস্থ্যবিধি রক্ষণাবেক্ষণ করতে সক্ষম করবে। **অনুগ্রহ করে খেয়াল করুন** যে আপনার পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণ করার জন্যই আপনার সংক্রমণনাশ করা সব সময়ে প্রয়োজন হবে।

এছাড়া আপনার খাদ্যের সাথে প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে সংযোগে আসতে পারে এমন সিল্ক, ওয়াশবেসিন, পানির কল এবং অন্য বস্তুগুলিকেও সফ রাখতে হবে।

কাঁচা খাবারের সংস্পর্শে আসা সরঞ্জাম আর উপরিতলগুলি সংক্রমণনাশ করতে হবে, যেমন কাটার বোর্ড, বাসন, খাবার মজুতের কৌটো এবং হাঁড়িকুড়ি।

যে বস্তুগুলি খাদ্যের সাথে পরোক্ষভাবে হাতের মাধ্যমে সংস্পর্শে আসে সেগুলি প্রয়োজন মত সংক্রমণনাশ করতে হবে, যেমন আলোর সুইচ, পানির কল, ফ্রিজের দরজার হাতল, সিল্ক আর হাত ধোওয়ার বেসিন।

আপনার ব্যবসাতে ব্যবহৃত সমস্ত খাবার এলাকা আর সরঞ্জামগুলি চিহ্নিত করুন এবং সেগুলো আপনার **সফাই কর্মসূচীতে** তালিকাভুক্ত করুন। **এই উপ-অংশের পরের দিকে একটি সফাই কর্মসূচীর উদাহরণ দেওয়া হচ্ছে।**

খাবারের বর্জ্যের কৌটো, বর্জ্য পদার্থের বিন এবং সকল আবর্জনা মজুদ করার এলাকাগুলি যেমন প্রয়োজ্য সেভাবে সফ করতে হবে।

সাফাই আর সংক্রমণনাশের সময় সরঞ্জাম আলাদা করা

ডিশওয়াশার

যেখানে প্রমাণ পাওয়া যায় যে ডিশওয়াশার যথাযথ স্তরে উত্পন্ন সংক্রমণনাশ অর্জন করতে পারে শুধুমাত্র সে সব ক্ষেত্রে কাঁচা খাবারের সরঞ্জাম আর পাত্র ও খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম ও পাত্র একসাথে সাফাই আর সংক্রমণনাশ করা যেতে পারে, প্রস্তুতকর্তার নির্দেশনা অনুযায়ী ডিশওয়াশার ব্যবহার ও রক্ষণাবেক্ষণ করতে হবে।

টুইন সিঙ্ক

টুইন সিঙ্ক ব্যবহার করার সময় যে সরঞ্জাম আর বাসন শুধু কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহার হয় সেগুলি শুধু খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহার করা সরঞ্জাম আর বাসনগুলি থেকে আলাদাভাবে সাফাই আর সংক্রমণনাশ করতে হবে।

সাফাই আর সংক্রমণনাশের প্রধান বিষয়গুলো

সাফাইয়ের রাসায়নিক পরিষ্কারকগুলি:

সাফাই করার রাসায়নিক পরিষ্কারকগুলি খাদ্য তৈরী করার এলাকাগুলি থেকে আলাদাভাবে মজুদ করতে হবে এবং এগুলো দ্বারা খাদ্য দূষিত হতে দেয়া যাবে না।




সাফাইয়ের সামগ্রী এবং সরঞ্জাম:

- রান্নার বাকি স্থানগুলিতে ব্যবহৃত সাফাইয়ের সামগ্রী ও সরঞ্জামগুলি থেকে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার এলাকাগুলির সাফাই আর সংক্রমণনাশের জন্য **আলাদা সামগ্রী এবং সরঞ্জাম** ব্যবহার করতে হবে।
- সামগ্রীগুলির **রঙ্গিন কোড** করা সুপারিশ করা হয় কারণ এগুলি কার্যকর পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণের বিষয়টি দেখে নিশ্চিত করা যায়।
- **ডিশরক্ষণগুলি** পরিষ্কার রাখতে হবে এবং সেগুলো যথাযথ উচ্চ তাপমাত্রায় ধুতে হবে।
- **একবার ব্যবহার করার কাপড়গুলি দিয়ে** সাফাই এবং সংক্রমণনাশের ফলে পারস্পরিক দূষণের ঝুঁকি না থাকার নির্ভরযোগ্য উপায়ে নিশ্চয়তা প্রদান করা যায় এবং এটি আলোর সূঁচ, দরজার হাতল আর টেলিফোনের মত হাতের সংস্পর্শে আসা সামগ্রীতে ব্যবহার করা যায়।

কাপড়, ঘষে সাফ করার প্যাড এবং স্পঞ্জ যা চলমান সাফাইয়ের জন্য বার বার ব্যবহার করা হয়, তা দূষণের কোনও উৎস হলে চলবে না। এটি সুপারিশ করা হয় যে সংক্রমণনাশকে পাঠানোর পূর্বে কাপড়গুলির প্রত্যেকটি ব্যবহার ও নিংড়ানোর মাঝে গরম পানির মধ্যে একটি সংক্রমণনাশক দ্রবণে চুবিয়ে রাখতে হবে। সংক্রমণনাশক সব সময়ে কার্যকর থাকে এটি নিশ্চিত করতে, দ্রবণের মিশ্রণ এমনভাবে তৈরী করতে হবে যে তা প্রস্তুতকর্তার নির্দেশ অনুযায়ী হয়। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে বার বার ব্যবহার এবং খুব ময়লা হলে দ্রবণটি বার বার পরিবর্তন করতে হবে।

সাফাই আর সংক্রমণনাশ করতে কি কি পদ্ধতি ব্যবহার করা উচিত?

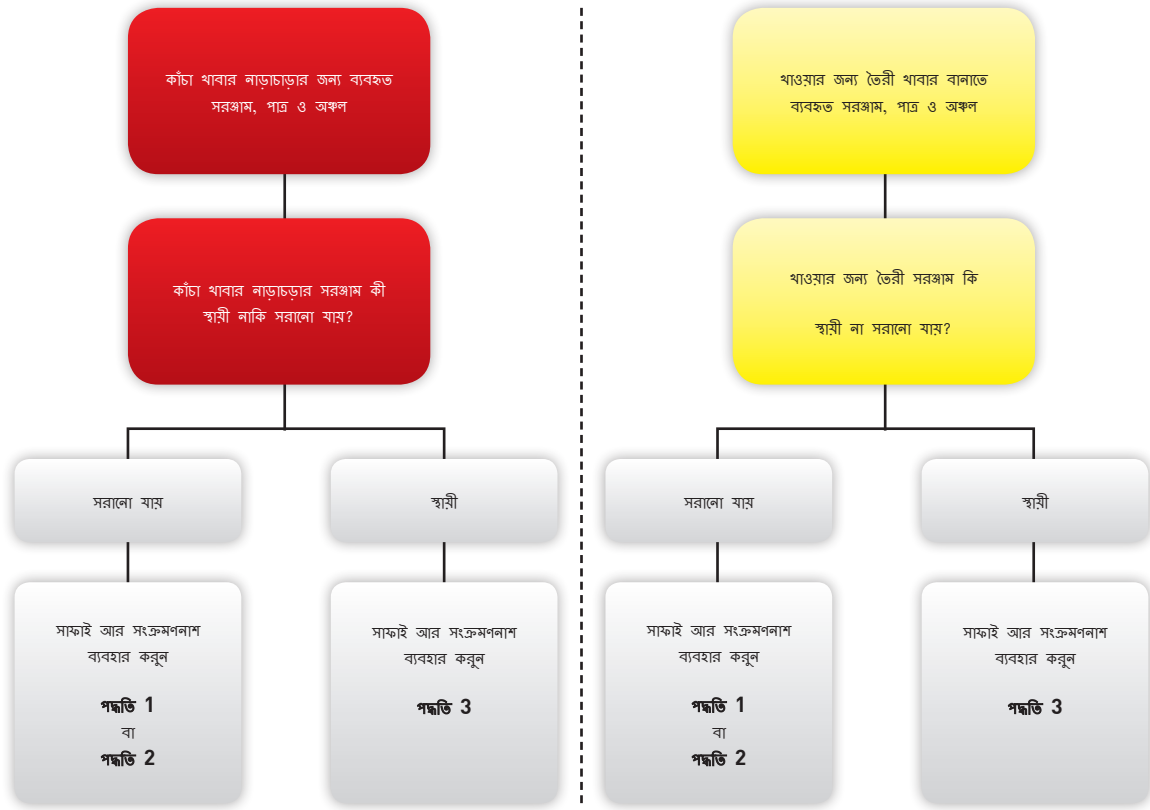
সাফাই আর সংক্রমণনাশের 3টি মূখ্য পদ্ধতি হল: ডিশওয়াশার, টুইন সিঙ্ক আর স্বস্থানে সংক্রমণনাশ করা এবং এগুলি নিচে সারণীতে বর্ণনা করা হয়েছে।

পদ্ধতির ধরণ	প্রণালী	অতিরিক্ত টীকা
<p>পদ্ধতি 1 – ডিশওয়াশার</p> <p>উত্তাপন</p> 	<p>ডিশওয়াশার প্রস্তুতকার্তার নির্দেশাবলী অনুযায়ী ব্যবহার আর রক্ষণাবেক্ষণ করতে হবে।</p>	<p>এটি শুধু কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম ও বাসন এবং শুধু খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম এবং বাসনের একসাথে সাফাই আর সংক্রমণনাশ করার একমাত্র গ্রহণযোগ্য পদ্ধতি।</p> <p>টীকা 1: প্রমাণ থাকতে হবে যে ডিশওয়াশার যথেষ্ট তাপের মাধ্যমে সংক্রমণনাশ করার ক্ষমতা রাখে।</p>
<p>পদ্ধতি 2 –</p> <p>টুইন সিঙ্ক</p> <p>রাসায়নিক পরিষ্কারকের ব্যবহার</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • প্রাক সাফাই – পড়ে থাকা খাবার আর বাকি খাবার সরিয়ে দিন • মূখ্য সাফাই – সিঙ্কে পরিষ্কার গরম পানি আর ডিটারজেন্টের সঠিক পরিমাণ দিয়ে ধোবেন • ধোওয়া – প্রয়োজন হলে • পরিষ্কার পানি ও শযামথ খাদ্য সংক্রমণনাশক দিয়ে নির্দিষ্ট সময় ব্যাপী সিঙ্কটি সংক্রমণনাশ করুন। • দ্বিতীয় বার ধোওয়া (যদি প্রয়োজন হয়) পরিষ্কার গরম পানি দিয়ে সিঙ্কটি দ্বিতীয় বার ধুবেন • শুকানো – ভালো হয় যদি বাতাসে শুকানো হয় বা একবার ব্যবহারের শুকনো কাপড় ব্যবহার করা যায়। 	<p>টুইন সিঙ্ক ব্যবহার করা হলে, খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহৃত সব সরঞ্জাম এবং বাসন কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম এবং বাসনের থেকে আলাদাভাবে ধুতে হবে।</p> <p>টীকা 2: পণ্যের লেবেলের বর্ণনা অনুযায়ী পানি দিয়ে পাতলা করার প্রয়োজনীয়তা ও সংস্পর্শে থাকার সময় মিলিয়ে নিন এবং দেখুন যে কোনও কাচার ধাপের প্রয়োজন আছে কি না।</p> <p>টীকা 3: কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম ও বাসন ব্যবহারের পর এবং/বা অন্য কোনও কারণে ব্যবহার করার আগে সিঙ্ক সব সময় সংক্রমণনাশ করতে হবে।</p>
<p>পদ্ধতি 3 স্বস্থানে সাফাই আর সংক্রমণনাশ</p> <p>রাসায়নিক পরিষ্কারকের ব্যবহার</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • প্রাক সাফাই – আলাগা খাবারের অংশ পরিষ্কার করুন • মূখ্য সাফাই – পরিষ্কার গরম পানি আর ডিটারজেন্টের সঠিক পরিমাণ দিয়ে উপরিতল পরিষ্কার করুন • সংক্রমণনাশ – একটি খাদ্য নিরাপত্তার সংক্রমণনাশক স্প্রে দিয়ে • শুকানো – ভালো হয় যদি বাতাসে শুকানো হয়। 	<p>এই পদ্ধতিটি সাধারণত যখন কাজের উপরিতল, হাত ধোওয়ার বেসিন, পানির কল ও দরজার হাতলে ব্যবহার করা হয়, যেখানে সরঞ্জাম এবং উপরিতল হাত সিঙ্কে ধোওয়া যায় না।</p> <p>এর জন্য সংক্রমণনাশক যত্নসহকারে বেছে নিতে হয়, সাধারণত স্প্রে অবস্থায় এবং যার পরেও সংক্রমণনাশের বৈশিষ্ট্যগুলি থাকে।</p> <p>টীকা 4: পণ্যের লেবেলের বর্ণনা অনুযায়ী পানি দিয়ে পাতলা করার প্রয়োজনীয়তা ও সংস্পর্শে থাকার সময় মিলিয়ে নিন এবং দেখুন যে কোনও কাচার ধাপের প্রয়োজন আছে কি না।</p>

সাকফাই আর সংক্রমণনাশের পদ্ধতি বেছে নিতে আমি কীভাবে সিদ্ধান্ত নিব?

আপনার খাবারের ব্যবসায় কী কী জিনিস ও কীভাবে সেগুলো সাকফাই আর সংক্রমণনাশ করতে হবে সে সিদ্ধান্তে সাহায্যের জন্য নীচে একটি চিত্র দেওয়া হয়েছে। করবেন।

গুরুত্বপূর্ণ সরঞ্জাম, বাসন আর এলাকাগুলি সাকফাই আর সংক্রমণনাশ করার আগে, আপনাকে তার ব্যবহারগুলি বিবেচনা করতে হবে। অন্য কথায়, এগুলি কি কোনও সময় কাঁচা খাবার বা খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহার করা হয়?



টীকা: খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহৃত সব সরঞ্জাম এবং বাসন কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম এবং বাসনের থেকে **আলাদাভাবে** ধুতে হবে। এর একমাত্র ব্যতিক্রম হল যখন ডিশওয়াশার ব্যবহার করা হয় (যেমন আগের পাতার সারণীতে বর্ণনা করা হয়েছে)।

ডিটারজেন্ট আর সংক্রমণনাশক এই পরিভাষাগুলি এইভাবে সংজ্ঞায়িত করা হয়:

ডিটারজেন্ট: এক সাকফাই করার সামগ্রী (যাতে সংক্রমণনাশক বৈশিষ্ট্য নেই) যা রাসায়নিক যৌগ থেকে তৈরী করা হয় এবং সাধারণ সাকফাইয়ের জন্য ব্যবহার করা হয়।

সংক্রমণনাশ: এক সামগ্রী যা ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া ধ্বংস করতে পারে, যখন তা এক দৃশ্যত পরিষ্কার উপরিতলে কোন নির্দিষ্ট ঘনত্ব আর সংস্পর্শের সময় ধরে লাগানো হয়।**টীকা:** পারস্পরিক দূষণের নিয়ন্ত্রণের জন্য ব্যবহৃত যে কোন সংক্রমণনাশক অবশ্যই বিএস ইএন 1276 বা বিএস ইএন 13697 মানদণ্ডের হতে হবে।

আপনার এখন যা করা দরকার

একটি সাফাই কর্মসূচীতে ব্যবসায়ের তিতরে ব্যবহৃত বিভিন্ন সরঞ্জামের তালিকা, এবং প্রয়োজনীয় সাফাই ও সংক্রমণনাশক পদ্ধতি এবং কত ঘনঘন তা করতে হবে তার বিবরণ দেওয়া থাকে। সাফাই কর্মসূচী সাধারণত একটি ছকের আকারে রচনা করা হয়। নির্দেশনার জন্য এই উপ-অংশের তথ্য এবং আপনার থাকা অন্য কোনও তথ্য ব্যবহার পূর্বক আপনি আপনার ব্যবসাতে সাফাই কিভাবে পরিচালনা করবেন তা প্রতিফলিত করতে একটি সাফাই কর্মসূচী তৈরী করুন।

একটি সাফাই কর্মসূচী কিভাবে তৈরী করতে পারেন তার একটা দৃষ্টান্ত এখানে দেওয়া হয়েছে।

সাফাই করার জিনিস, এলাকা আর তার উদাহরণ	কত ঘনঘন সাফাই করা দরকার	সাফাইয়ের পদ্ধতি	রাসায়নিক, পানির মেশানোর পরিমাণ আর সংস্পর্শের সময়
খাদ্যের সংস্পর্শে আসে এমন অস্ত্রের সরঞ্জাম, যেমন সব কাটার বোর্ড, চিমটে/স্পাচুলা, পরিবেশনের চামচ, ফ্রে, কৌটা	প্রতিবার ব্যবহারের পর	পদ্ধতি 1 শুধু ডিশওয়াশার	উতাপন দিয়ে সংক্রমণনাশ – ডিশওয়াশার প্রস্তুতকর্তার নির্দেশ অনুযায়ী ব্যবহার ও রক্ষণাবেক্ষণ করতে হবে
খাদ্য নয় তবে ব্যবহারের অন্যান্য সামগ্রী/সরঞ্জাম, যেমন কাজের উপরিতল, হাত ধোওয়ার বেসিন, পানির কল, দরজার হাতল	মখন প্রয়োজন	পদ্ধতি 3 স্থানে সাফাই আর সংক্রমণনাশ করুন	<ul style="list-style-type: none"> • প্রাক-সাফাই- সরানো • আলগা খাবারের ভগ্নাংশ • মুখ্য সাফাই – গরম পানি আর 1:xx -এর xxx ডিটারজেন্ট দ্রবণ ব্যবহার করে উপরিতল সাফাই করুন, - টীকা: এই ক্ষেত্রে কাচার প্রয়োজন নেই, • বিএস ইএন 1276 মানকের প্রি-মিক্স করা খাদ্য নিরাপত্তা সংক্রমণনাশ xxx স্প্রে দিয়ে সংক্রমণনাশ করুন- টীকা: এই ক্ষেত্রে কাচার প্রয়োজন নেই • বাতাসে শুকানো

অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে রাসায়নিক পরিষ্কারকের মিশ্রণ সঠিক পরিমাণে ও সুপারিশকৃত সময় অনুযায়ী সংস্পর্শে থাকা গুরুত্বপূর্ণ। সব সময় প্রস্তুতকর্তার নির্দেশাবলী দেখুন

নজরদারি এবং সংশোধনী ব্যবস্থা

আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে সাফাইয়ের হাউজ রুলস-গুলি সব সময়ে যেন প্রয়োগ করা হয়। যদি নিয়ন্ত্রণ ভেঙ্গে যাচ্ছে বলে মনে করা হয় এবং পারস্পরিক দূষণের সম্ভাব্য ঝুঁকি থেকে যায় তাহলে এটাকে এক গুরুত্বপূর্ণ ঘটনা বলে মনে করতে হবে এবং আপনার সংশোধনী ব্যবস্থা হবে খাদ্য ফেলে দেওয়া; উপরিতল আর সরঞ্জাম সাফাই আর সংক্রমণনাশ করা; কর্মীদের পুনঃপ্রশিক্ষিত করা; সমস্যাটি রেকর্ড করা আর **সাপ্তাহিক রেকর্ড আর প্রশিক্ষণ হাউজ রুলস** -এ পদক্ষেপ নেওয়া যাতে এর পুনরাবৃত্তি না হয়।

নজরদারি এবং সংশোধনী ব্যবস্থার নেওয়া সব রেকর্ডগুলি যথাযথ সময় ধরে রেখে দিতে হবে, এটা দেখাতে যে ব্যবস্থাটি কার্যকরভাবে কাজ করছে।

প্রশিক্ষণ

এটি অত্যন্ত জরুরী যে সব প্রাসঙ্গিক কর্মীদের সাফাইয়ের পদ্ধতিগুলিতে প্রশিক্ষণ দেওয়া হয় এবং পটু হিসাবে যাচাই করা হয় যেটি ক্লিনিং হাউজ রুলসের একটি অংশ। এতে অন্তর্ভুক্ত হল তত্ত্বাবধান ছাড়া কাজ করার আগে সঠিক সংক্রমণনাশের পন্থায় প্রশিক্ষণ, যার মধ্যে রয়েছে কীভাবে সঠিক পরিমাণ পানি মেশানো ও রাসায়নিক পদার্থ ব্যবহার করা যায় সেটি। এই প্রশিক্ষণ আপনার **প্রশিক্ষণ হাউজ রুলস**-এ রেকর্ড করতে হবে।

অ্যাকশন প্ল্যান

একবার আপনার হাউজ রুলস সম্পূর্ণ করলে, আপনার অ্যাকশন প্ল্যান হালনাগাদ করার কথা মনে রাখবেন।

সাফাইয়ের কর্মসূচী হল আপনার এইচএসসিপি (**HACCP**) ভিত্তিক ব্যবস্থার এক জরুরি উপাদান এবং তা সব সময় হালনাগাদ রাখতে হবে। আপনার সাফাইয়ের কর্মসূচী সঠিকভাবে লিখতে হবে যাতে আপনি আপনার ব্যবসা কিভাবে চালান তা এটি সঠিকভাবে প্রতিকলিত করে এবং আপনার খাবার নাড়াচাড়া করার কর্মীরা তা সহজেই বুঝতে পারেন।

সাফাইয়ের কর্মসূচী

শুরুর তারিখ:

সাফাই করার জিনিস, এলাকা আর তার উদাহরণ	কত ঘনঘন সাফাই করা দরকার	সাফাইয়ের পদ্ধতি	রাসায়নিক পদার্থ, পানি মিশ্রণের পরিমাণ আর সংস্পর্শের সময়
স্থাবর সরঞ্জাম, বাসন: <ul style="list-style-type: none"> • সব কাটার বোর্ড, • ডিমটে/স্পাচুল্যাসমূহ • পরিবেশন করা • ট্রে • কৌটো 			
খাদ্য ব্যতীত ব্যবহারের অন্যান্য সামগ্রী/ সরঞ্জাম <ul style="list-style-type: none"> • কাজের উপরিতল • হাত ধোওয়ার বেসিন • পানির কল • দরজার হাতল 			
রেফ্রিজারেটর/চিল ও ফ্রিজার			
ওভেন ও মাইক্রোওয়েভ ওভেন			
শুক্ক মজুদের এলাকা			
মেঝে			
এক্সট্রাকশন ফ্যান			
খাদ্য বর্জ্যের কৌটো আর আবর্জনা বর্জ্যের বিন/ এলাকা			
কাপড় আর কাজের কাপড়			





প্রাসঙ্গিক এইচএসসিপি (HACCP) চার্টস বা ছক: ক্রয়, মজুদ, প্রস্তুতি, ঠাণ্ডা কর

পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ সংক্রান্ত হাউজ রুলস

পারস্পরিক দূষণ কি?

পারস্পরিক দূষণ ঘটে যখন ক্ষতিকারক ব্যাকটেরিয়া দূষিত খাদ্য থেকে অদূষিত খাদ্যে স্থানান্তরিত হয়।

পারস্পরিক দূষণ কিভাবে হয়?

- **প্রত্যক্ষ পারস্পরিক দূষণের মাধ্যমে** – মাল আনা নেয়া, সংরক্ষণ বা প্রস্তুত করার সময় কাঁচা খাবার আর তৈরী খাদ্যের মধ্যে সংস্পর্শ
- **পরোক্ষ পারস্পরিক দূষণের মাধ্যমে** – কাঁচা খাবার থেকে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যে ব্যাকটেরিয়া ছড়ায় যেটি খাবার নিয়ে কাজ করা ব্যক্তি, সরঞ্জাম বা সমতলের মাধ্যমে হয়ে থাকে। উদাহরণস্বরূপ, রেফ্রিজারেটরের দরজার হাতল, ছুরি, কাটার বোর্ড, কাজের সমতল, সেকের পোশাক বা পরিষ্কার করার কাপড়ের মাধ্যমে অপ্রত্যক্ষ পারস্পরিক দূষণ ঘটতে পারে।

পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ করা জরুরী কেন?

খাদ্যে বিক্রিয়ার প্রাদুর্ভাব প্রায়শই পারস্পরিক দূষণের কারণে ঘটে। দূষিত খাবারে ব্যাকটেরিয়া খালি চোখে দেখা যায় না আর এটি চোখে পড়ার মত খাবার নষ্ট করে না বা এর ফলে খাবারের স্বাদ, গন্ধ বা গুণগত মানের কোন হেরফের হয় না।

গুরুত্বপূর্ণ হল খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যকে সব সময়ে পারস্পরিক দূষণের থেকে সুরক্ষিত রাখতে হবে। এটির কারণ হল যে একবার দূষণ হলে, খাদ্যে বিক্রিয়া থেকে আপনারদের ক্রেতাদের বাঁচানোর আর কোনও নিয়ন্ত্রণ নেই।

যে কোন খাদ্য ব্যবসায় যেখানে কাঁচা খাবার আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার দুটি নিয়ে কাজ করা হয় সেখানে অবশ্যই ই.কোলাই 0157 পারস্পরিক দূষণের ঝুঁকির ব্যাপারে সতর্ক থাকতে হবে ও সেটি নিয়ন্ত্রণ করতে হবে। স্কটল্যান্ডে 1996 সালে ও ওয়েলসে 2005 সালে গুরুতর ই.কোলাই 0157 প্রাদুর্ভাব দেখা যায় এবং তা বাজে ভাবে খাদ্য নাড়াচাড়া করার পদ্ধতির অনুশীলনের জন্য হয়েছিল বলে মনে করা হয় যার ফলে পারস্পরিক দূষণ ঘটে।

ই.কোলাই 0157 বিশেষভাবে বিপজ্জনক এক জীবাণু কারণ:

- এর ফলে গুরুতর দুরারোগ্য অসুখ হতে পারে এমন কি মৃত্যুও হতে পারে
- এটি খুব অল্প মাত্রায়ই সংক্রমণের সৃষ্টি করতে পারে (100টির কম ব্যাকটেরিয়া থেকেই রোগ হতে পারে)
- এটি রেফ্রিজারেশন, অত্যন্ত ঠাণ্ডার মধ্যে ও স্বল্প পিএইচ, বা স্বল্প মাত্রার পানির প্রবাহের মত পরিবেশে বেঁচে থাকতে পারে।

এই কুকসেইফ প্রক্রিয়াগুলি এছাড়া ক্যামফাইলোব্যাকটর বা সালমোনেলা মত অন্য খাদ্যে বিক্রিয়া আলে এমন ব্যাকটেরিয়ার থেকে পারস্পরিক দূষণের ঝুঁকি কমানো নিয়ন্ত্রণ করতে পারে।

কোন কোন খাদ্য পারস্পরিক দূষণের মূল উৎস হতে পারে?

নিম্নলিখিত কাঁচা খাবার বা উপাদানগুলি পারস্পরিক দূষণের সম্ভাব্য উৎস হতে পারে এবং এগুলি নিয়ে সাবধানে কাজ করতে হবে:

কাঁচা মাংস যেমন গরুর মাংস, শূয়ারের মাংস, ভেড়া, মুরগী, টার্কি বা গেম

অন্য কাঁচা খাবার যেমন মাছ, শেলফিশ ও ডিম

সবজি ও ফল যা খাওয়ার জন্য তৈরী লেবেল করা হয় নি এবং বিশেষত সেই সবজিগুলি যা বস্তুত নোংরা। অনুগ্রহ করে ফল আর সবজির বিষয়ে আরো তথ্যের জন্য নিচের টেবিল দেখুন।

এছাড়াও, খাদ্য ব্যবসায় সরবরাহকৃত পানি মানুষের খাওয়ার জন্য উপযোগী হতে হবে।

ফল আর সবজি খাওয়ার জন্য তৈরী নয়	ফল আর সবজি খাওয়ার জন্য তৈরী
<p>উদাহরণগুলি:</p> <p>দুশ্যত নোংরা সবজি: যেমন, আলু, লিক, গাজর, কয়েক ধরনের বাঁধাকপি আর লেটুস।</p> <p>সবজি, ফল এবং স্যালাড যা খাবার জন্য তৈরী বলে লেবেল করা নেই: যেমন, আপেল, টমেটো, শাক, সাদা বাঁধাকপি, ভেঁসজ, পালং আর ওয়াটারক্রেস।</p>	<p>উদাহরণগুলি:</p> <p>আগে প্যাক করা ফল, সবজি আর স্যালাড যা খাওয়ার জন্য তৈরী বলে লেবেল করা হয়েছে।</p> <p>সবজি, ফল এবং স্যালাড যা ব্যবসার স্থানেই ধোওয়া আর তৈরী করা হয়েছে।</p>
<p>ঝুঁকি</p> <p>দুশ্যত নোংরা সবজি ই.কোলাই O157 পারস্পরিক দূষণের সম্ভাব্য উৎস হতে পারে।</p> <p>খাবার জন্য তৈরী বলে লেবেল না করা ফল আর সবজি। যেভাবে এই খাদ্যগুলি ফলানো হয় এবং কাটার পর ব্যবহার করা হয়, এটা ভেবে নেওয়া যেতে পারে যে ই.কোলাই O157 উপস্থিত আছে, যদিও ময়লা দ্বারা দূষণের কোন দৃশ্যমান প্রমাণ নেই।</p>	<p>ঝুঁকি</p> <p>আগে প্যাক করা ফল, সবজি আর স্যালাড যা খাবার জন্য তৈরী বলে লেবেল করা নিয়ন্ত্রিত পদ্ধতিগুলির মধ্য দিয়ে গিয়েছে আর তা স্বাস্থ্যের জন্য কোনও ঝুঁকি পোষণ করে না।</p> <p>সবজি, ফল এবং স্যালাড যা সেই স্থানেই তৈরী করা হয়েছে তা পারস্পরিক দূষণ থেকে সুরক্ষিত রাখতে হবে – বিশেষত তা যদি কাঁচা খাওয়া হয়।</p>
<p>ধোওয়া</p> <p>এই খাদ্যগুলি খাবার বা আরো প্রক্রিয়াজাত করার আগে চালু পানিতে ধোওয়া হতে হবে (এবং প্রয়োজন হলে খোসা ছাড়াতে হবে)। এই খাবারগুলি কাঁচা খাওয়া হলে, সেগুলি ধোওয়ার পরে (এবং প্রয়োজন হলে খোসা ছাড়াতে হবে) সেগুলিকে খাওয়ার জন্য তৈরী হিসেবে ধরুন।</p>	<p>ধোওয়া</p> <p>এই খাবারগুলির আর ধোওয়ার প্রয়োজন নেই।</p>
<p>সংরক্ষণ</p> <p>খাওয়ার জন্য তৈরী সবজি ও ফলের থেকে এগুলোকে আলাদাভাবে সংরক্ষণ করুন।</p>	<p>সংরক্ষণ</p> <p>খাওয়ার জন্য তৈরীর মত সংরক্ষণ করুন।</p>

কীভাবে খাওয়া হয় সেটির উপর ভিত্তি করে আপনাকে সিদ্ধান্ত নিতে হবে যে কিছু কিছু খাবার আপনি কাঁচা বা খাওয়ার জন্য তৈরী হিসাবে বিবেচনা করবেন কিনা সেটি।

আমার ব্যবসায় পারস্পরিক দূষণ হওয়া আমি কিভাবে প্রতিরোধ করব?

SAFE চিন্তা করুন। আদ্যক্ষরের সমন্বয়ে এই **SAFE** শব্দটি ব্যবহার করলে সেটি আপনাকে চিন্তা করতে সাহায্য করবে যে কিভাবে আপনি কাঁচা ও খাবার জন্য তৈরী খাবার আলাদা করবেন এবং পারস্পরিক দূষণ রোধ করবেন। **SAFE** এর অর্থ হল **Staff** (কর্মী), **Areas** (অঞ্চল), **Food** (খাবার) এবং **Equipment** (সরঞ্জাম) এবং তা আপনার প্রক্রিয়ার প্রত্যেক পদে বিবেচনা করতে হবে। সেবা অনুশীলনের সারণীতে আরো তথ্য আছে, যা এই উপ-অংশের পরের দিকে পাওয়া যাবে।

Staff (কর্মী)	<ul style="list-style-type: none"> বিভিন্ন কাজের জন্য আলাদা আলাদা কর্মী রাখার কথা বিবেচনা করুন। যদি তা সম্ভব না হয়, কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী এলাকার মধ্যে কর্মীদের যাতায়াত নিয়ন্ত্রিত করুন। নিশ্চিত করুন যে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুপসগুলি সব সময় অনুসরণ করা হয়।
Areas (অঞ্চল)	<ul style="list-style-type: none"> কাঁচা খাবারের জন্য আলাদা চিহ্নযুক্ত সরঞ্জাম ও পাত্র (রঙিন কোড ব্যবহার শ্রেয়) ব্যবহার পূর্বক একটি নির্ধারিত স্থান স্থাপনের মাধ্যমে সেগুলোকে পরস্পর থেকে আলাদা করার প্রক্রিয়া চালু করুন।
Food (খাবার)	<ul style="list-style-type: none"> সব সময়ে কাঁচা খাবার খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার থেকে আলাদা রাখুন।
Equipment (সরঞ্জাম)	<ul style="list-style-type: none"> সব সময়ে কাঁচা খাবারের জন্য আলাদা সরঞ্জাম এবং পাত্র রাখুন। বিশেষকরে জটিল সরঞ্জাম ব্যবহার করা বিপজ্জনক, যেমন ভ্যাকুয়াম প্যাকিং মেশিন, কাঁচা ও তৈরী উভয় খাবারের জন্য স্লাইসার বা মিনসার (সরঞ্জামের দ্বৈত ব্যবহার)।

কিভাবে **SAFE** ধারণাটি আমার ব্যবসায় প্রয়োগ করব?

পর্যায় 1 – আপনার ব্যবসায়ের মধ্য দিয়ে আসা কাঁচা খাবারগুলির বিষয়ে ভাবুন।

- কে এগুলি নাড়াচাড়া করে?
- এটি কোথায় গ্রহণ করা হয়?
- এটি কোথায় সংরক্ষণ করা হয়?
- এটি কোথায় প্রস্তুত করা হয়?
- এটি কি তৈরী খাবারের থেকে আলাদা রাখা হয়?
- এটি কি কি পাত্র আর সরঞ্জামের সংস্পর্শে আসে?

পর্যায় 2 – স্বাস্থ্যভাবে পরস্পর থেকে আলাদা রাখা শুরু করুন

Staff (কর্মী)	নির্দিষ্ট কর্মীদের মধ্যে খাদ্য নাড়াচাড়া সীমাবদ্ধ রাখুন।
Areas (অঞ্চল)	একটি স্বাস্থ্য কাঁচা খাবার এলাকা স্থির করুন যেখানে শুধু কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করা হয়।
Food (খাবার)	সব সময়ে কাঁচা খাবার তৈরী খাবারের থেকে আলাদা রাখুন।
Equipment (সরঞ্জাম)	নিশ্চিত করুন যে কাঁচা খাবারের এলাকার জন্য নির্দিষ্ট সরঞ্জাম ও পাত্রগুলো যেন আলাদাভাবে চেনা যায়। এটি অর্জন করার সবচেয়ে কার্যকর উপায় হল রঙিন কোড করা।

পর্যায় 3 – সব কর্মীদের **SAFE** ধারণাটি চিন্তা করতে শেখান

যদি আমার ব্যবসায় খাবারদাবার স্থায়ী আলাদা রাখার ব্যবস্থা না করতে পারি তাহলে কি হবে?

Staff (কর্মী), **Areas** (অঞ্চল), **Food** (খাবার) এবং **Equipment** (সরঞ্জাম)-এর স্থায়ীভাবে পরস্পর থেকে আলাদা রাখা হল পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ করার সবচেয়ে নিরাপদ উপায়। কিন্তু, যদি আপনি স্থায়ীভাবে আলাদা রাখা সম্পূর্ণভাবে রূপায়ন না করতে পারেন, আপনি অস্থায়ীভাবে আলাদা রাখা বিবেচনা করতে পারেন। এই ব্যবস্থাগুলি **Staff** (কর্মী) থেকে **Areas** (অঞ্চল)-এ প্রয়োগ করা যায়, এককভাবে বা একযোগে, কিন্তু **Food** (খাবার) বা **Equipment** (সরঞ্জাম)-এর জন্য এটি যথাযথ হবে না। উদাহরণস্বরূপ আপনি নিয়ন্ত্রণসমূহের মাধ্যমে কর্মীদের প্রথমে কাঁচা এবং তারপর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য নাড়াচাড়া করতে বলতে পারেন, কিন্তু তাহলেও আপনার একটি স্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চল থাকতে পারে।

Staff (কর্মী)	নির্দিষ্ট সময়ে নির্দিষ্ট কর্মীদের দ্বারা কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করা নিয়ন্ত্রণ করুন এবং নিশ্চিত করুন যে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ ব্লুস-গুপি সব সময়ে মেনে চলা হয়।
Areas (অঞ্চল)	কাঁচা খাবার তৈরী করার জন্য একটি অস্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চল চিহ্নিত করুন। এই অস্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চল শুধু আগে থেকে ঠিক করা সময়ে কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত করতে হবে। আপনার অস্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চলে কখনো কোনও খাবার সরাসরি কাজের সমতলের সংস্পর্শে আসতে দেবেন না – সব সময়ে কাটার বোর্ড ব্যবহার করুন। এর পরে এই এলাকাটি খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য নিয়ে কাজ করতে ব্যবহার করা যেতে পারে – কিন্তু তা যত্নসহকারে পরিষ্কার আর সংক্রমণনাশ করার পরে করতে হবে (আরো তথ্যের জন্য ক্লিনিং হাউজ ব্লুসটি দেখুন)।
Food (খাবার)	সব সময় কাঁচা খাবার তৈরী খাবারের থেকে আলাদা রাখুন।
Equipment (সরঞ্জাম)	কাঁচা খাবার এবং তারপর তৈরী খাদ্যের জন্য একই সরঞ্জামের দ্বৈত ব্যবহার বিপজ্জনক। আলাদা আলাদা সরঞ্জামই হল একমাত্র নিরাপদ বিকল্প।

গুরুত্বপূর্ণ

অস্থায়ী আলাদা রাখার ব্যবস্থার নিরাপত্তার উপর শূন্যতম তখনই নির্ভর করা যায় যদি সব সময় পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা ও সংক্রমণনাশের অনুশীলন আর নিশ্চিত, ভালোভাবে হাত ধোওয়ার বিষয়টি কঠোরভাবে মেনে চলা হয়। যদি আপনার কাজে আপনি স্থায়ী বা অস্থায়ী আলাদা রাখার ব্যবস্থা করতে অসুবিধা হয় তাহলে আপনাকে নিম্নলিখিত বিকল্পগুলির কথা ভাবতে হবে:

- দেখুন যে ব্যবসা প্রতিষ্ঠানটির অন্য কোনও জায়গায় অতিরিক্ত স্থান পাওয়া যায় কি না বা পারস্পরিক আলাদা রাখায় উন্নতি করতে আপনার বর্তমান লেআউট পরিবর্তন করার কথা ভাবুন
- তৈরী করা মাংস যেমন স্লাইস করা স্টেক, টুকরো করা মাংস, হাড় ছাড়া মুরগী আর প্রস্তুত করা সবজি অর্ডার করে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করা কমিয়ে দিন
- পূর্বে রান্না করা মাংস বা আগে ধুয়ে রাখা ব্যবহারের জন্য তৈরী সবজি ক্রয় করে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করা কমিয়ে দিন
- আপনার ব্যবসায় কাঁচা খাবারের ব্যবহার কমানোর জন্য আপনার মেনুর পর্যালোচনা করুন
- ব্যস্ত সময়ে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া কম করতে আপনার মেনু সহজতর করুন
- খাদ্য নিরাপদভাবে নাড়াচাড়া করার জন্য আপনার কাজের পরিধি কমিয়ে দিন।

পরামর্শ ও নির্দেশের জন্য আপনার এনফোর্সমেন্ট অফিসারের সাথে যোগাযোগ করুন

পরের পাতায় সারণীটিতে প্রত্যেকটি প্রক্রিয়ার ধাপ উল্লেখ করা হয়েছে এবং খাবারগুলোকে কীভাবে পারস্পরিক আলাদা করা যায় সেটি অনুকরণীয় সেরা অনুশীলন কলামে দেখানো হয়েছে। যদি আপনি তা না করতে পারেন সূত্রানুশীলনের কলামটি আপনাকে বিকল্প উপায় বাতলে দিবে। আপনার প্রশ্নগুলির বেশির ভাগ সূত্রানুশীলন মেনে চল গেটি চেষ্টা করুন।

পারস্পরিক দূষণের নিয়ন্ত্রণসমূহ চালু করার বিষয়ে নির্দেশনা

(SAFE (সেফ) চিহ্না করুন। আপনার বেশীর ভাগ পদ্ধতিগুলি যাতে সেরা অনুশীলন মেনে চলে তার চেষ্টা করুন)

প্রক্রিয়ার ধাপ	সেরা অনুশীলন	সুঅনুশীলন যেখানে সেরা অনুশীলন সম্ভব নয়
মাল পৌঁছানো	<ul style="list-style-type: none"> ব্যবস্থা করুন যে কাঁচা খাবার খাওয়ার জন্য তৈরী খাবারের থেকে আলাদাভাবে পৌঁছানো যায়। যেখানে সম্ভব তাপমাত্রা পর্যবেক্ষণ করতে মাল পৌঁছে দেওয়ার গাড়ির থার্মোগ্রাফ ব্যবহার করুন। একজন কর্মীকে শুধু কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য নির্দিষ্ট করুন একটি স্বাস্থ্যী কাঁচা খাবারের অঞ্চল চিহ্নিত করুন যেখানে কাঁচা খাবার গ্রহণ করা হয় ও তার মোড়ক খোলা হয়। তারপর কাঁচা খাবার সরাসরি কাঁচা খাবার সংরক্ষণের স্থানে নিয়ে যান এবং মোড়কের কাগজ নিরাপদে ফেলে দিন। 	<ul style="list-style-type: none"> নিশ্চিত করুন যে কাঁচা খাবার যথেষ্টভাবে মোড়কে মোড়া, প্যাকেট করা থাকে আর গাড়িতে সেগুলো যেন তৈরী খাবার থেকে তা আলাদাভাবে রাখা হয় কাঁচা মাংস পৌঁছে দেওয়ার পর তার তাপমাত্রা পরীক্ষা করা হলে কাঁচা খাবারের তাপমাত্রা পরীক্ষার জন্য একটি বিশেষ রসিন পরিমাপক ব্যবহার করুন কিছু কর্মীকে কাঁচা খাবার গ্রহণ করার জন্য নির্দিষ্ট করুন আর নিশ্চিত করুন তারা খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার নাড়াচাড়া করার আগে ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুলস মেনে চলেন একটি স্বাস্থ্যী কাঁচা খাবারের অঞ্চল চিহ্নিত করুন যেখানে পৌঁছানোর পর কাঁচা খাবার নিয়ে আসা হবে, এবং প্রয়োজন হলে মোড়ক খোলা হবে। খাওয়ার জন্য তৈরী খাবারের জন্য ব্যবহার করার আগে এই এলাকাটি ভালোভাবে পরিষ্কার করুন আর জীবাণুনাশ করুন। <p>মনে রাখবেন: কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য যেন কখনো ওয়াক্‌টপ সহ কোন স্বাস্থ্যী কাজের এলাকার সাথে সরাসরি সংস্পর্শে না আসে। কাটার বোর্ড এবং/বা কৌটো ব্যবহার করতে হবে।</p>

প্রক্রিয়ার ধাপ	সেরা অনুশীলন	সুঅনুশীলন যেখানে সেরা অনুশীলন সম্ভব নয়
সংরক্ষণ	<ul style="list-style-type: none"> কাঁচা মাংস রাখার একটি আলাদা রেফ্রিজারেটর/ঠাণ্ডা করার স্থান, ফ্রিজার নির্দিষ্ট করুন এবং আলাদাভাবে রঙ কোড করা বা অন্যভাবে চিহ্নিত করা যায় এমন ঢাকা দেওয়া কৌটো ব্যবহার করুন আলাদা কাঁচা মাংসের রেফ্রিজারেটর/ঠাণ্ডা করার স্থান, নির্দিষ্ট করুন না ধোওয়া, কাঁচা সবজি আর ফলের জন্য একটি আলাদা সংরক্ষণের স্থান স্থির করুন, যা দূষিত নোংরা সবজি থেকে আলাদা রাখা হয়, যেমন নোংরা আলুর সাথে স্যালাড রাখবেন না। 	<ul style="list-style-type: none"> যদি রেফ্রিজারেটর/ঠাণ্ডা করার স্থান বা ফ্রিজার যথেষ্ট বড় হয়, এটি একসাথে কাঁচা মাংস আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য রাখার জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। কাঁচা মাংস একটি নির্দিষ্ট স্থায়ী, চিহ্নিতকরণযোগ্য এবং পরস্পর থেকে আলাদা এলাকায় রাখতে হবে। মনে রাখবেন: সংরক্ষণের স্থান শেয়ার করা হলে কাঁচা খাবার অবশ্যই নীচের তাকগুলিতে রাখতে হবে এবং তা সব সময়ে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের নিচে রাখতে হবে সংরক্ষণের স্থান শেয়ার করা হলে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের থেকে না ধোওয়া সবজি ও ফল আলাদা রাখতে হবে। মনে রাখবেন: সংরক্ষণ স্থান শেয়ারে ব্যবহার করা হলে কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের মধ্যে পারস্পরিক দূষণ এড়াতে হাত ধোওয়া আর পরিষ্কার/সংক্রমণনাশ করার প্রয়োজনীয়তা বেশী থাকবে খাবারের কৌটোর বাইরের উপরিভাগগুলি শেয়ার্ড সংরক্ষণাগারে রাখার আগে সংক্রমণনাশ করে নিতে হবে। সব সময় কাঁচা খাবারের জন্য আলাদা রঙ কোড করা (বা অন্যভাবে চিহ্নিত করতে পারা) ঢাকা দেওয়া কৌটো ব্যবহার করুন। মনে রাখবেন: প্রথমে কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহার করে তারপর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য কোন পাত্র ব্যবহার করা যাবে না।
<p>টীকা 1: একবার সবজি ধোওয়া হয়ে গেলে (এবং প্রয়োজন হলে খোসা ছাড়ানো হলে) এগুলিকে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য হিসাবে সংরক্ষণ করা যেতে পারে।</p>		
<p>টীকা 2: যদি লেবেল না জানায় যে পণ্যটি খাওয়ার জন্য তৈরী, আপনাকে অবশ্য ধরে নিতে হবে যে এগুলি খাওয়ার আগে ধোওয়ার (এবং প্রয়োজন হলে খোসা ছাড়ানোর) প্রয়োজন হবে।</p>		

প্রক্রিয়ার ধাপ	সেরা অনুশীলন	সুঅনুশীলন যেখানে সেরা অনুশীলন সম্ভব নয়
প্রস্তুত	<ul style="list-style-type: none"> আপনার রান্নাঘরের মধ্যে একটি নির্দিষ্ট স্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চল স্থির করুন: <ul style="list-style-type: none"> সব কাঁচা খাবার এই এলাকায় নাড়াচাড়া করতে হবে শুধু কাঁচা খাবার এই এলাকায় নাড়াচাড়া করতে হবে কাঁচা খাবারের রেফ্রিজারেটরে কাঁচা খাবার ডিস্ট্রাক্ট করুন শুধু কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য আলাদা কর্মীদের নির্দিষ্ট করুন <p>টিকা: যদি না লেবেলটি জানায় যে পণ্যদ্রব্যটি খাওয়ার জন্য তৈরী, আপনাকে অবশ্যই ভেবে নিতে হবে যে তা খাওয়ার আগে ধোওয়ার (এবং প্রয়োজন হলে ধোয়া ছাড়ানোর) প্রয়োজন হবে।</p> <ul style="list-style-type: none"> কাঁচা খাবার তৈরী করার জন্য একটি স্থায়ী সিক্স নির্দিষ্ট করুন কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য আলাদা রঙের কোড করা/সহজে চিহ্নিতকরণযোগ্য সরঞ্জাম আর বাসন ব্যবহার করুন, যেমন, ছুরি, চিমটা, কাটার বোর্ড, চামচ, সংরক্ষণের কৌটো এবং ক্লিং ফিল্ম। 	<ul style="list-style-type: none"> একটি অস্থায়ী কাঁচা খাবারের অঞ্চল চিহ্নিত করুন আর নিশ্চিত করুন যে অঞ্চলটি খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য ব্যবহার করার আগে পরিষ্কার করা হয়েছে <p>মলে রাখবেন: কোনও খাবার যেন কোনও সময়ে কাজের সমতল সহ অস্থায়ী কাজের অঞ্চলের সংস্পর্শে না আসে। কাটার বোর্ড এবং/বা কৌটো ব্যবহার করতে হবে।</p> <ul style="list-style-type: none"> দিনের কোনও কোনও সময়ে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া শুধু কিছু বিশেষ কর্মীদের করতে দিন। এমন ভাবে কর্মপ্রবাহ পরিকল্পনা করুন যাতে কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য নাড়াচাড়ার মধ্যে কর্মীদের রদবদল কম হয়। নিশ্চিত করুন যে কঠোর হাত ধোওয়ার পদ্ধতি ব্যবহার করা হয় (আপনার ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধির হাউজ রুলস দেখুন) যখন খাবার তৈরীর জন্য আর পরিষ্কার আর সংক্রমণনাশ করার জন্য একই সিক্স ব্যবহার করা হয়, নিশ্চিত করুন যে প্রত্যেকবার ব্যবহারের আগে সিক্স পরিষ্কার আর সংক্রমণনাশ করা হয়। কাঁচা খাবার এবং খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের দুটির জন্য একই সরঞ্জাম, বাসন, কৌটো বা কাটার বোর্ড ব্যবহার করা গ্রহণযোগ্য নয়। <p>কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত সরঞ্জাম তুলবপত পরে যাতে খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যে ব্যবহৃত না হয় তার জন্য কঠোর পদক্ষেপ নিতে হবে এটা মনে রাখবেন।</p>
<p>টিকা: যে বিলের স্প্রাউটগুলি খাওয়ার জন্য তৈরী বলে লেবেল করা নেই তা খাবার আগে ভালোভাবে রান্না করতে হবে।</p>		

রান্না করা আর ঠাণ্ডা করার বিষয়ে অতিরিক্ত নির্দেশনা

- রান্না করা আর ঠাণ্ডা করার সময় কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার সম্পূর্ণভাবে আলাদা রাখা নিশ্চিত করতে কর্মী, কর্মস্থান আর খাবারের প্রবাহ ঠিক রাখতে হবে।
- কখনো কাঁচা খাবারের অঞ্চলে খাবার ঠাণ্ডা করবেন না
- রান্নার প্রক্রিয়ার প্রথমে কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য ব্যবহৃত বাসন যেমন হাতা, চামচ আর স্পাচুলা এমনভাবে ব্যবহার করতে হবে যে তাতে কাঁচা আর খাওয়ার জন্য তৈরী খাবারের মধ্যে পারস্পরিক দূষণের কোনও ঝুঁকি না থাকে
- রান্নার তাপমাত্রার পর্যবেক্ষণ করার জন্য শুধু খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের জন্য একটি প্রোব থার্মোমিটার চিহ্নিত করতে হবে।

এখন আপনার করণীয়

আপনার এই এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থার পারস্পরিক দূষণ অংশটি কার্যকরভাবে পরিচালনা করতে আর নির্দেশনার জন্য তথ্য ব্যবহার করতে, এই উপ অংশের শেষে যান এবং পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ নিয়ে হাউজ রুলস-এর একটি তালিকা তৈরী করুন।

আপনি কিভাবে হাউজ রুলস-গুলি লিখতে পারেন এটি তার এক উদাহরণ:

বর্ণনা করুন:	<ul style="list-style-type: none"> নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা আর ক্রিটিক্যাল লিমিটস (যেখানে প্রযোজ্য) নজরদারি এবং তা কত ঘনঘন করা হবে
সংরক্ষণ	<p><u>রেফ্রিজারেটরে মজুদ</u></p> <p>কাঁচা মাংস সব সময়ে নির্দিষ্ট করা লাল ঢাকনা দেওয়া কৌটায় একটি আলাদা কাঁচা খাবারের জন্য ব্যবহৃত রেফ্রিজারেটরে সংরক্ষণ করা হয়।</p> <p>খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য সব সময় আলাদা খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের রেফ্রিজারেটরে রাখুন।</p> <p>খাওয়ার জন্য তৈরী লেবেল না করা ফল আর সবজি খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের রেফ্রিজারেটরে নিচের তাকে রাখা হয়। খাওয়ার জন্য তৈরী হিসাবে বিবেচনা করার আগে এই খাবারগুলি ধোওয়া হবে (এবং প্রয়োজন হলে ধোয়া ছাড়ানো হবে)।</p> <p>দুশ্যত নোংরা আগুগুলি একটি কৌটায় অন্য সব খাবারের থেকে দূরে শুকনো জিনিসের স্টোরে রাখা হয়।</p> <p>শেয়ার করা হিমগার</p> <p>খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্য উপরের তাকে রাখা হয়।</p> <p>কাঁচা মাংস নির্দিষ্ট করা লাল ঢাকনা দেওয়া কৌটায়, খাওয়ার জন্য তৈরী খাদ্যের নিচে রাখা হয়।</p>

নজরদারি

গবেষণার প্রমাণ দেখিয়েছে যে খাবার সরবরাহের পরিবেশে পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণ করা খুব কঠিন। পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণ করার সবচেয়ে সহজ আর নির্ভরযোগ্য উপায় হল **পরস্পর থেকে আলাদা করার**-এর মাধ্যমে। পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ করার নজরদারির বেশিরভাগ সেরেজমিনে পরীক্ষা করে দেখার উপর নির্ভর করে। কাঁচা খাবার নাড়াচাড়া করার জন্য রঙের কোড করা/চিহ্নিত করা যায় এমন সরঞ্জাম আর একবার ব্যবহার উপযোগী প্লাস্টিক অ্যাপ্রন ব্যবহার করে এগুলি সহজতর করা যেতে পারে। একবার পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ করার হাউজ রুলস-গুলি সম্পূর্ণ করা হলে আপনাকে তার ব্যবহার নজরদারি করতে হবে। **সাপ্তাহিক রেকর্ড** ব্যবহার করে নজরদারির রেকর্ড রাখুন।

সংশোধনী ব্যবস্থা

আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে পারস্পরিক দূষণ নিয়ন্ত্রণ যেন সব সময় বাস্তবায়ন করা হয়। যদি উদাহরণস্বরূপ, আপনি দেখেন যে খাওয়ার জন্য তৈরী খাবার **স্বামী কাঁচা খাবারের অঞ্চলে** তৈরী করা হচ্ছে, এটি একটি গুরুতর ঘটনা বলে মনে করা হবে এবং আপনার সংশোধনী ব্যবস্থা হবে খাবার ফেলে দেওয়া; উপরিতল এবং সরঞ্জাম পরিষ্কার আর সংক্রমণনাশ করা; কর্মীদের পুনরায় প্রশিক্ষণ দেওয়া; সমস্যাটি রেকর্ড করা আর পদক্ষেপ নেওয়া নিশ্চিত করতে যে **সাপ্তাহিক রেকর্ড আর প্রশিক্ষণ হাউজ রুলস-এ** এটির পুনরাবৃত্তি করা না হয়।

আপনার এইচএসসিসিপি (HACCP) ব্যবস্থা ঠিকভাবে কাজ করছে সেটি প্রমাণের জন্য যথাযথ সময়কালের জন্য নজরদারি আর সংশোধনী ব্যবস্থার সব রেকর্ড রেখে দিতে।

অ্যাকশন প্ল্যান

একবার আপনার হাউজ রুলস সম্পূর্ণ করলে, আপনার অ্যাকশন প্ল্যান হালনাগাদ করার কথা মনে রাখবেন।

পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ হাউজ রুলস হল আপনার এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থার এক জরুরি উপাদান এবং তা সব সময় হালনাগাদ রাখতে হবে। আপনার হাউজ রুলস সঠিকভাবে লিখতে হবে যাতে আপনি আপনার ব্যবসা কিভাবে চালান তা সঠিকভাবে প্রতিফলিত হয় এবং আপনার খাবার নাড়াচাড়া কর্মীরা তা সহজেই বুঝতে পারেন।



পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ করার হাউজ রুলস

SAFE (সেফ) চিন্তা করুন। আপনার পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ হাউজ রুলসের একটি বিবৃতি নিচের সারণীতে লিখুন:

বর্ণনা করুন: <ul style="list-style-type: none"> নিয়ন্ত্রণমূলক ব্যবস্থা আর ক্রিটিক্যাল লিমিটস (যেখানে প্রযোজ্য) নজরদারি এবং তা কত ঘনঘন করা হবে 	
মাল পৌঁছন	
সংরক্ষণ ডিসক্রিটিং করা হলে সেটিও উল্লেখ করুন	
প্রস্তুতি	
রাশ্মা/ঠাণ্ডা করা	
নজরদারি/পরীক্ষা ও আপনার ব্যবসায় ব্যবহৃত অন্য কোনও যথামত রেকর্ডের বিবরণ	

স্বাক্ষরিত প্রতিষ্ঠানে নিয়োজিত পদ তারিখ

পারস্পরিক দূষণ প্রতিরোধ হাউজ রুলস হল আপনার এইচএসসিসিপি (HACCP) ভিত্তিক ব্যবস্থার এক জরুরি উপাদান এবং তা সব সময় হালনাগাদ রাখতে হবে।



সাপ্তাহিক রেকর্ড

প্রত্যেক কাজের সম্বন্ধেই ম্যানেজার বা মালিককে নিম্নলিখিত পরীক্ষাগুলি ক্রমাগত করে যেতে হবে এবং “কুকসেইফ” ব্যবহার করা সব ব্যবসাকে তা করতে হবে।

যে তারিখে সপ্তাহ শুরু হচ্ছে:

প্রশিক্ষণ হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
কাজের সাথে পরিচয় ঘটানো সহ নতুন কর্মীদের প্রশিক্ষণ			
আনুষ্ঠানিক প্রশিক্ষণ/পুনঃপ্রশিক্ষণ নিয়মগুলি			
অন্য প্রশিক্ষণ			
ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
হাত ধোওয়ার নিয়মগুলি			
ব্যক্তিগত পরিচ্ছন্নতার নিয়মগুলি			
সুরক্ষাবিধানকারী পোশাকের নিয়মগুলি			
অসুস্থতা/কাজ থেকে বিরত থাকা/কাজে ফেরার নিয়মগুলি			
সাদাই হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
সাদাই করার নির্দিষ্ট অনুযায়ী সব নির্দিষ্ট সরঞ্জাম আর এলাকা পরিষ্কার করা			
সাদাই করার রাসায়নিকের নিয়মগুলিতে স্পর্শের সময়, প্রয়োগ এবং তরল পানি মিশানোর পরিমাণ			
পারম্পরিক দূষণ প্রতিরোধ হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
সরবরাহের নিয়মগুলি			
সংরক্ষণের নিয়মগুলি			
প্রস্তুতির নিয়মগুলি			
রাপ্তা করা এবং ঠাণ্ডা করা			
পেন্ট কন্ট্রোল হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
বালাই ঢাকা আটকানো, পোকার স্ক্রিন/মাছি মারার যন্ত্রের নিয়মগুলি			
ভালো হাউসকিপিং-এর নিয়মগুলি			
ওয়েস্ট কন্ট্রোল হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
খাবারের ঘরে বর্জ্য আর বর্জ্য সংগ্রহের নিয়মগুলি			
মেইটেন্যান্স হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
ব্যবসায়িক ঘরবাড়ির কার্ঠামোর নিয়মগুলি			
সরঞ্জামের নিয়মগুলি			
স্টক কন্ট্রোল হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
স্টক কন্ট্রোল ব্যবস্থার নিয়মগুলি			
তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ হউন নতুন-গুলি কি মেলে চলা হয়েছে?	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণের নিয়মগুলি			
রেকর্ডস	হ্যাঁ	না	প্রয়োজ্য নয়
সঠিক রেকর্ডিং ফর্ম(গুলি) ব্যবহার করে কি প্রয়োজনীয় তাপমাত্রা মিলিয়ে নেওয়া হয়েছে?			

যদি উপরের প্রশ্নগুলির কোনটির উত্তর “না” হয় তাহলে নিচের সারণীতে সংশোধনী ব্যবস্থার বিবরণগুলি প্রবেশ করান

হউন নতুন থেকে যে ত্রুটি লক্ষ্য করা হয়েছে	গ্রহণ করা সংশোধনী ব্যবস্থা

ম্যানেজার/মালিকের স্বাক্ষর

তারিখ

