সুরক্ষার পরামর্শ

খাদ্য

সংখ্যা 20

এই সংস্করণে রয়েছে

- রেস্তোরাঁ কর্মীদের সুরক্ষিত ও সুস্থ রাখা
- আরও বেশি করে হুইলচেয়ার-বান্ধব ডিক্যাল সহ গ্রাহকদের স্বাগত জানানো
- Manhattan এর রেস্তোরাঁয় নোরোভাইরাসের প্রকোপ
- রেস্তোরাঁয় পরিষেবা কুকুর
- শহর জুড়ে খাদ্য সুরক্ষা কর্মশালা
- খাদ্য সুরক্ষার চ্যালেঞ্জ

নিউইয়র্ক সিটি ডিপার্টমেন্ট অব্ হেলথ অ্যান্ড হাইজিন • শীতকাল 2018

রেস্তোরাঁ কর্মীদের সুরক্ষিত ও সুস্থ রাখা

কোন রেস্তোরাঁর রান্নাঘরে কাজ করা বিপজ্জনক হতে পারে। রেস্তোরাঁর কর্মীরা চলকে পড়া তরলে পিছলে পড়তে পারেন, ভারী জিনিস তুলতে গিয়ে পেশীতে টান ধরতে পারে, এবং ছুরি বা অন্যান্য ধারালো সরঞ্জামে হাত কেটে ফেলতে পারেন। কর্মীরা প্রায়শই অনেকক্ষণ ধরে দাঁড়িয়ে থাকেন এবং একই কাজ বার বার করেন, যাতে হাড়ের জোড়গুলিতে, পেশীতে ও লিগামেন্টে টান ধরতে পারে। গরম খাবার, স্টোভ ও উনুনের আশেপাশে কাজ করলেও পুড়ে যাওয়ার ঝুঁকি বেড়ে যায়।

নিয়োগকর্তাদের তাঁদের কর্মচারীদের জন্য সুরক্ষিত ও স্বাস্থ্যকর কর্মস্থল প্রদান করা আবশ্যক। এখানে রেস্তোরাঁ কর্মীদের আঘাতের ঝুঁকি কমানোর জন্য কিছু পরামর্শ নীচে দেওয়া হলো:

- সকল কর্মচারীকে স্বাস্থ্য ও সুরক্ষার নীতি ও পদ্ধতির প্রশিক্ষণ দিন। কর্মীদের বিপজ্জনক পরিস্থিতি রিপোর্ট করতে উৎসাহ দিন এবং সমস্যার সমাধানে তাঁদের বক্তব্যকে স্বাগত জানান।

- পিছলে পড়ে যাওয়া, হোঁচট খাওয়া ও পড়ে যাওয়ার মতো অবস্থাগুলিকে অপসারিত করুন:
  - চলাচলের পথ ও বেরোনোর পথগুলি যথেষ্ট আলোকিত রাখুন।
  - চলাচলের পথ ও বেরোনোর পথগুলি থেকে জিনিসপত্র সরিয়ে ফেলুন।
  - ওপারে দেখতে না পাওয়া কোণাগুলিতে আয়না লাগান।
  - চলকে পড়া ও ছড়িয়ে পড়া চর্বিযুক্ত তরল সঙ্গে সঙ্গে পরিষ্কার করে ফেলুন।
  - কর্মচারীদের পিছলে না যাওয়ার মতো জুতো পরার পরামর্শ দিন।

- কেটে যাওয়া ও অন্যান্য আঘাতের ঝুঁকি কমান:
  - কর্মচারীদেরকে কেটে যাওয়া প্রতিরোধক দস্তানা দিন।
  - কর্মীদের যেন খাদ্য ফালি করার যন্ত্র ও মাংস পেষাই যন্ত্রের ডাঁটি ব্যবহার করতে রক্ষক ব্যবহারের প্রয়োজন হয়।
  - ছুরিগুলিকে নির্দিষ্ট তাক বা ড্রয়ারে রাখুন।

- টান ধরা ও মচকে যাওয়ার ঝুঁকি কমান:
  - কর্মচারীদেরকে নিরাপদে তোলার কৌশল শেখান।
  - কর্মচারীদেরকে ভারী বা বড় জিনিস তোলার সময় সাহায্য চাইতে উৎসাহ দিন।
  - কর্মচারীদের ভারী ওজনের জন্য দুচাকার গাড়ি বা হাতগাড়ি ব্যবহারের নির্দেশ দিন।
  - মেঝেতে রবারের ম্যাট লাগান।

- পুড়ে যাওয়ার ঝুঁকি কমান:
  - পাত্রের হোল্ডার, উনুনের দস্তানা ও লম্বা দস্তানা দিন।

  - কর্মচারীদেরকে পাত্রের ও রান্নার বাসনপত্রের হাতল স্টোভের ও কাউন্টারের ধার থেকে ঘুরিয়ে রাখার নির্দেশ দিন।
  - গরম তেল অযত্নে ফেলে না রাখা ও নাড়াচাড়া করার আগে ঠাণ্ডা করে নেওয়া নিশ্চিত করুন।

এই অভ্যাসগুলি আপনার রেস্তোরাঁর রান্নাঘরে কর্মচারীদের আঘাতের ঝুঁকি কমাতে পারে।

আরও বেশি করে হুইলচেয়ার-বান্ধব ডিক্যাল সহ গ্রাহকদের স্বাগত জানান

New York City (NYC) স্বাস্থ্য বিভাগ হুইলচেয়ার ব্যবহার করা New York-বাসীদের বাইরে খেতে যাওয়ার বিকল্পগুলি জানতে সাহায্য করতে মেয়র'স অফিস অফ পীপ্‌ল উইথ ডিজেবিলিটিজ (Mayor's Office of People with Disabilities, MOPD) এর সঙ্গে যৌথভাবে কাজ করছেন। যে সকল খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠান MOPD এর প্রয়োজনীয়তা পূরণ করে তাঁরা তাঁদের প্রতিষ্ঠানের প্রবেশপথে লাগানোর জন্য একটি করে হুইলচেয়ার-বান্ধব ডিক্যাল পেতে পারেন।

এই ডিক্যাল পেতে আপনার এই প্রশ্নগুলিতে 'হ্যাঁ' উত্তর দেওয়া আবশ্যক:

- প্রধান প্রবেশপথ কি ফুটপাথের একই উচ্চতায়, অথবা সেখানে কি কোন রেম্প, লিফট বা হুইলচেয়ার প্রবেশের অন্য কোন প্রবেশপথ আছে?
- প্রবেশপথটি কি অন্ততঃ 32 ইঞ্চি চওড়া?
- বসার জায়গা জুড়ে কি হুইলচেয়ারের জন্য জায়গা আছে এবং এই জায়গাগুলির পথ কি এক সমান?

হুইলচেয়ার বান্ধব

হুইলচেয়ার-বান্ধব ডিক্যাল এর অনুরোধ জানাতে অনুগ্রহ করে on.nyc.gov/wheelchairfriendly দেখুন।

Manhattan এর রেস্তোরাঁয় নোরোভাইরাসের প্রকোপ

স্বাস্থ্য বিভাগ রেস্তোরাঁর খাবার খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েছেন বলে মনে হয় এমন যে কোন কারুর অভিযোগে সাড়া দেয়। এই তদন্তগুলি প্রায়শই অসুখের প্রকোপ শনাক্ত করে ও খারাপ খাদ্য সুরক্ষার অভ্যাসগুলি প্রকাশ করে।

স্বাস্থ্য বিভাগ Manhattan এর একটি রেস্তোরাঁয় খাবার খেয়ে পাকস্থলী ও অন্ত্রের রোগে (উদাহরণস্বরূপ, পেট ব্যথা, গা গোলানো, পেট খারাপ, বমি হওয়া) পড়ার রিপোর্টে সাড়া দেয়, এবং নোরোভাইরাসের প্রকোপ শনাক্ত করে। এর প্রকোপে 17 জন অসুস্থ হয়ে পড়েছিলেন। রেস্তোরাঁটির ছ'জন খাদ্য কর্মীর মধ্যে তিনজনের দেহে নোরোভাইরাস ধরা পড়ে।

নোরোভাইরাস খুবই সংক্রামক এবং তা অসুস্থ খাদ্য কর্মীরা খাবার, জিনিসপত্র বা উপরিভাগ স্পর্শ করলেই ছড়িয়ে পড়ে। খাদ্য বিভাগের তদন্তে প্রকাশ পায় যে গ্রাহকরা সম্ভবতঃ রেস্তোরাঁর অসুস্থ কর্মীদের দ্বারা প্রস্তুত করা খাবার খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েছিলেন। কোন রেস্তোরাঁ NYC'র স্বাস্থ্যবিধি মেনে চললে তা খাদ্যবাহিত রোগ প্রতিরোধে সাহায্য করে। আপনার রেস্তোরাঁয় কোন রোগের প্রকোপ প্রতিরোধ করতে:

- একটি অসুখ করলে ছুটির নীতি প্রণয়ন করুন ও অসুস্থ খাদ্য কর্মীর বাড়িতে থাকা নিশ্চিত করুন।
- খাদ্য যে উপরিভাগ স্পর্শ করে এবং যে সকল স্থানে খাদ্য মজুত, প্রস্তুত ও পরিবেশন করা হয় সেগুলি পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করুন।
- খাদ্য প্রস্তুতি ও পরিবহণের সময় খাদ্যের উপযুক্ত তাপমাত্রা বজায় রাখুন।
- স্বাস্থ্য বিভাগকে 311 নম্বরে ফোন করে গ্রাহকদের খাদ্যে বিষক্রিয়ার সন্দেহের যাবতীয় রিপোর্ট দিন।

রেস্তোরাঁয় পরিষেবা কুকুর

স্বাস্থ্য বিভাগ আর পরিষেবা কুকুরের মালিকদের পরিষেবা কুকুরের ট্যাগ জারি করে না। আমেরিকান্‌স উইথ ডিজেবিলিটিজ অ্যাক্ট (Americans with Disabilities Act, ADA) অনুসারে, একটি পরিষেবা কুকুর হল এমন কোন কুকুর যাকে এককভাবে কোন প্রতিবন্ধী ব্যক্তির সুবিধা হয় এমন কাজ করার বা কার্য সম্পাদন করার জন্য প্রশিক্ষণ দেওয়া হয়েছে। New York City তে, জনগণের প্রবেশাধিকার থাকা কোন জায়গায় কোন পরিষেবা কুকুরকে প্রবেশ করতে গেলে কোন পরিষেবা কুকুরের ট্যাগ লাগে না।

ADA এর এবং New York State ও NYC মানবাধিকার আইন এর অধীনে, প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের বিরুদ্ধে পক্ষপাতদুষ্ট আচরণ করা বেআইনি। ADA তে বলা হয়েছে যে "স্টেট ও স্থানীয় সরকার, ব্যবসায়িক প্রতিষ্ঠান, ও অলাভজনক সংস্থাগুলি, যারা সাধারণভাবে জনগণকে পরিষেবা দেয়, তাদের জনগণ স্বাভাবিকভাবে যেতে পারে এমন যাবতীয় সুবিধার এলাকায় প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের সঙ্গে পরিষেবা প্রাণীদের যেতে দেওয়া আবশ্যক।"

New York City এর খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানগুলির পরিষেবা কুকুর সহ গ্রাহকদের স্বাগত জানানো আবশ্যক এবং প্রবেশের আগে তাঁরা পরিষেবা কুকুরের ট্যাগ দেখতে চাইতে পারেন না।

পরিষেবা কুকুর ও প্রতিবন্ধীদের অধিকারগুলি সম্পর্কে আরও জানতে, nyc.gov/humanrights দেখুন।

শহর জুড়ে খাদ্য সুরক্ষা কর্মশালা

2017 এর বসন্তে স্বাস্থ্য বিভাগ ছ'টি বিনামূল্যের খাদ্য কর্মশালার আয়োজন করেছিল যাদের নাম *"A" গ্রেড খাদ্য সুরক্ষার অভ্যাস (Practicing "A" Grade Food Safety)*. 700 এর উপর খাদ্য পরিষেবা পরিচালক অংশ নেন ও সর্বোত্তম খাদ্য সুরক্ষা অভ্যাসগুলি সম্পর্কে জানতে পারেন। কর্মশালাগুলি পাঁচটি বরোতে আয়োজিত হয়েছিল এবং সেগুলির কো-স্পনসর ছিলেন বরো সভাপতিগণ অ্যাডাম্‌স, ব্রিউয়ার, দিয়াজ জুনিয়র, ক্যাট্‌জ ও ওডো। স্প্যানিশ, মান্দারিন, ক্যান্টনিজ ও বাংলা ভাষায় দোভাষী পরিষেবা উপলব্ধ ছিল।

অংশগ্রহণকারীরা "সক্রিয় ব্যবস্থাপনা নিয়ন্ত্রণ" – বা নিরাপদে খাবার যে নাড়াচাড়া করা যায় এবং তা অনুসরণ করা হচ্ছে তা নিশ্চিত করা সম্পর্কে জানতে পারেন। স্বাস্থ্য বিভাগের কর্মীরা কীভাবে সচরাচর করা লঙ্ঘনগুলি এড়ানো যায় এবং কীভাবে

"A" গ্রেড অর্জন করা ও বজায় রাখা যায়, সে সম্পর্কে আলোচনা করেন। যে সব অংশগ্রহণকারী অগ্রিম নথিভুক্ত হয়েছিলেন তাঁরা একটি করে স্বতন্ত্র পরিদর্শনের ইতিহাসের রিপোর্ট পান, যাতে তাঁদের রেস্তোরাঁর আগেকার লঙ্ঘনের পুনরাবৃত্তির এবং প্রতিটি সমস্যা কীভাবে সংশোধন করা যায় তা বর্ণনা করা আছে। সকল অংশগ্রহণকারীকে প্রশ্ন করায় ও স্বাস্থ্য বিভাগের কর্মীদের থেকে দিকনির্দেশ নেওয়ায় উৎসাহ দেওয়া হয়।

স্বাস্থ্য বিভাগ থেকে খাদ্য পরিষেবা পরিচালকদের একটি ই-ব্লাস্ট পাঠানো হয়েছিল কর্মশালার প্রচারের জন্য ও অনলাইন নথিভুক্ত করায় উৎসাহ দিতে – একটি নতুন পথ যা 19,500 রেস্তোরাঁয় পৌঁছেছিল।

অংশগ্রহণকারীদের ইতিবাচক প্রতিক্রিয়ায় সাড়া দিতে স্বাস্থ্য বিভাগ 2018 তে আরও অনেকগুলি কর্মশালা আয়োজনের পরিকল্পনা করেছে।

সুরক্ষার পরামর্শ
খাদ্য

খাদ্য সুরক্ষার চ্যালেঞ্জ

1. নীচের কোনটি রেস্তোরাঁ কর্মীদের মধ্যে পেশীতে টান লাগা ও মচকানোর ঝুঁকি কমায় না?

A. কর্মচারীদেরকে নিরাপদে তোলার কৌশল শেখানো

B. কর্মচারীদের ভারী ওজনের জন্য দুচাকার গাড়ি বা হাতগাড়ি ব্যবহারের নির্দেশ দেওয়া

C. ওপারে দেখতে না পাওয়া কোণাগুলিতে আয়না লাগানো

D. মেঝেতে রবারের ম্যাট লাগানো

2. নীচের কোনটি রেস্তোরাঁয় নোরোভাইরাসের প্রকোপ এড়াতে সাহায্য করতে পারে?

A. খাদ্য যে উপরিভাগ স্পর্শ করে এবং যে সকল স্থানে খাদ্য মজুত, প্রস্তুত ও পরিবেশন করা হয় সেগুলি পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা

B. যাঁরা খাবার নাড়াচাড়া করেন, অসুস্থ অবস্থায় তাঁদের বাড়িতে থাকা নিশ্চিত করা

C. খাদ্য প্রস্তুতি ও পরিবহণের সময় খাদ্যের উপযুক্ত তাপমাত্রা বজায় রাখা

D. উপরের সবগুলি

3. একজন গ্রাহক একটি কুকুর, যেটিকে তিনি পরিষেবা কুকুর বলে বলছেন, তাকে নিয়ে আপনার রেস্তোরাঁয় প্রবেশ করতে চান। আপনাকে তাঁদেরকে স্বাগত জানাতে হবে:

A. কেবলমাত্র যদি গ্রাহক সেটি যে একটি পরিষেবা কুকুর তার প্রমাণ দেখান

B. কেবলমাত্র যদি কুকুরটি একটি পরিষেবা কুকুরের ট্যাগ পরে থাকে

C. পরিষেবা কুকুরের ট্যাগ দেখতে না চেয়েই

D. কেবলমাত্র গ্রাহক কী ধরণের প্রতিবন্ধী তা নির্ধারণের পর

4. যে রেস্তোরাঁগুলি হুইলচেয়ার-বান্ধব ডিক্যাল প্রদর্শিত করে তাঁদের যা থাকা আবশ্যক:

A. অন্ততঃ 32 ইঞ্চি চওড়া প্রবেশপথ এবং ফুটপাথের সঙ্গে তা একসমান হওয়া অথবা একটি রেম্প, লিফট বা অন্য কোন ব্যবহারযোগ্য প্রবেশপথ

B. একটি এলিভেটর

C. বসার জায়গা জুড়ে হুইলচেয়ারের জায়গা থাকা যাতে সেই জায়গাগুলির পথ একসমান রয়েছে

D. A ও C উভয়ই

5. নীচের কোনটি পিছলে পড়া, হোঁচট খাওয়া ও পড়ে যাওয়ার বিপদ এড়ানোর উপযুক্ত উপায় নয়?

A. কর্মচারীদের পিছলে না যাওয়ার মতো জুতো পরার পরামর্শ দেওয়া

B. পাত্রের হোল্ডার, উনুনের দস্তানা ও লম্বা দস্তানা দেওয়া

C. চলকে পড়া ও ছড়িয়ে পড়া চর্বিযুক্ত তরল সঙ্গে সঙ্গে পরিষ্কার করে ফেলা

D. চলার পথ ও বাইরে যাওয়ার পথ যথেষ্ট আলোকিত ও হোঁচট খাওয়ার জিনিস মুক্ত রাখা

উত্তর: 1. C 2. D 3. C 4. D 5. B

আপনি কি জানতেন?

1) অনলাইনে আপনার পার্মিট পুনর্নবীকরণ করা সহজ। **nyc.gov/dohmhpermits** এ যান। নথিভুক্ত করার প্রয়োজন। অর্থপ্রদান কেবল ক্রেডিট বা ডেবিট কার্ডের দ্বারাই করা যাবে।

2) ব্যবসাগুলিকে City এর পেশ করা সম্পদের জন্য আগ্রহী? **nyc.gov/business** এ যান।

3) খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানের কোন লঙ্ঘনের মীমাংসা করুন। আপনি কোন মীমাংসা প্রস্তাব পেয়ে থাকলে তা গ্রহণ করে আপনি পয়সা বাঁচাতে পারেন। **nyc.gov/business** দেখুন ও Violations ট্যাব এ ক্লিক করুন।

4) আপনার আরও বেশি সংখ্যায় কর্মচারী খাদ্য সুরক্ষা অভ্যাস করতে শিখলে আপনার প্রতিষ্ঠানে আরও কম সংখ্যায় লঙ্ঘন ঘটবে। খাদ্য সুরক্ষা পাঠ্যক্রম সম্পর্কে আরও জানতে **nyc.gov/healthacademy** দেখুন।

5) NYC তে কোন খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠান খোলার ও পরিচালনা করার ব্যাপারে আরও জানতে চান? **nyc.gov/health/foodservice** দেখুন।