সুরক্ষার পরামর্শ

খাদ্য

সংখ্যা 21

এই সংস্করণে রয়েছে

- ইঁদুর ও অন্যান্য কীটপতঙ্গ নিয়ন্ত্রণ
- কর্মীদের ও গ্রাহকদের শ্রবণশক্তি সুরক্ষিত করা
- ব্রুকলিন রেস্টুরেন্টে ভাইব্রিওসিস কেস
- দণ্ডবিধির সংশোধন
- খাদ্য নিরাপত্তা চ্যালেঞ্জ

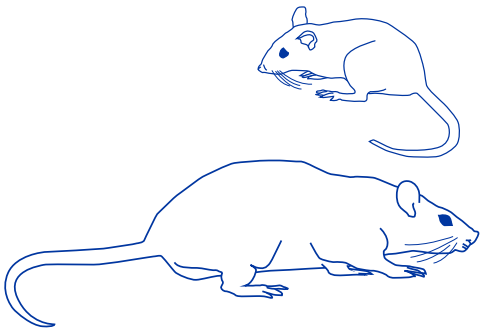
নিউ ইয়র্ক সিটি ডিপার্টমেন্ট অফ হেলথ অ্যান্ড মেন্টাল হাইজিন • গ্রীষ্মকাল 2018

ইঁদুর ও অন্যান্য কীটপতঙ্গ নিয়ন্ত্রণ

বিশেষ করে খাদ্য পরিষেবার প্রতিষ্ঠানগুলো অন্যান্য কীটপতঙ্গের সমস্যা থেকে অসুরক্ষিত কারণ সেগুলো হল খাদ্য, আশ্রয় এবং উষ্ণতার নীরবিচ্ছিন্ন উৎস।

রেস্টুরেন্টগুলি ইন্টিগ্রেটেড পেস্ট ম্যানেজমেন্ট (IPM) নামক একটি পদ্ধতি ব্যবহারের মাধ্যমে ইঁদুর এবং অন্যান্য কীটপতঙ্গের সমস্যা নিয়ন্ত্রণ করতে পারেন। IPM আপনাকে যেখানে ইঁদুর এবং অন্যান্য কীটপতঙ্গ থাকতে পারে তা পর্যবেক্ষণ করতে সহায়তা করে, তাদের প্রতিরোধ করতে ব্যবস্থা নেয় এবং তাদের নিয়ন্ত্রণের জন্য নির্ধারিত ব্যবস্থার পদ্ধতিগুলো ব্যবহার করে।

আপনার রেস্টুরেন্টে ইঁদুর আছে কিনা তা দেখতে, আপনার যেদিক দিয়ে ইউটিলিটি প্রবেশ করেছে সেদিকের ছিদ্র একচতুর্থাংশ বড় কিনা তা দেখুন।



এই রকম কিছু থাকলে অবিলম্বে আপনার পেস্ট ম্যানেজমেন্ট কোম্পানিকে জানান কারণ এটি ইঁদুরের উপদ্রবের সক্রিয় লক্ষণ হতে পারে:

- ইঁদুরের মল বা প্রস্রাব
- ঘষা দাগ বা ছাপ (বেসবোর্ড এবং খোলার স্থানে গাঢ়, পিচ্ছিল লেপন)
- পথ (ইঁদুর যে পথ ব্যবহার করে, দেওয়াল এবং বেসবোর্ডে ছাপ রেখে যায়)
- গর্ত (যেসব সুড়ঙ্গ যেখানে ইঁদুর বাস করে, ময়লা বা কংক্রিটে 1-4 ইঞ্চি চওড়া গর্ত প্রায়ই দেখা যায়)
- কামড়ানোর দাগ
- দেওয়ালে ফাটল
- রেস্টুরেন্টের এর সামনের ফুটপাতের গর্ত

ইঁদুর এবং অন্যান্য কীটপতঙ্গ প্রতিরোধ করার ক্ষেত্রে সাহায্যের এইসব পদ্ধতি ব্যবহার করুন:

- **কীটপতঙ্গ নাশ করুন:** রান্নাঘর ও স্টোরেজে খাবারের এঁটোকাঁটা, ময়লা বা ধূলো থেকে পরিষ্কার রাখুন। শক্ত মুখ-আঁটা ঢাকনা দেওয়া ময়লা ফেলার পাত্র ব্যবহার করুন।

- **কীটপতঙ্গদের না খাইয়ে মারুন:** শক্ত মুখ-আঁটা ঢাকনা দেওয়া পতঙ্গরোধী পাত্রে সবজি ও শস্য রাখুন। পড়ে পড়ে যাওয়া সঙ্গে সঙ্গে পরিষ্কার করুন।
- **কীটপতঙ্গের প্রবেশপথ বন্ধ করুন:** আপনার রেস্টুরেন্টের সমস্ত ছিদ্র ও ফাটল বন্ধ করে দিন। খোলা জানালা ও দরজায় পর্দা ব্যবহার করুন এবং ইঁদুর ঢোকা আটকাতে দরজার নিচে চৌকাঠ লাগান।
- **একজন লাইসেন্সধারী পেস্ট ম্যানেজমেন্ট পেশাদার নিয়োগ করুন:** পেস্ট ম্যানেজমেন্ট পেশাদার খুঁজে পেতে, **nyc.gov/health** এ গিয়ে **রেস্টুরেন্ট চালানোর** জন্য অনুসন্ধান করুন।

আরও তথ্যের জন্য **কীটপতঙ্গ নিরোধের সেরা পন্থা: খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠান**

কর্মীদের ও গ্রাহকদের শ্রবণশক্তি সুরক্ষিত করা

নিউ ইয়র্ক সিটির (NYC) 311 সিস্টেমের সবচেয়ে বড় অভিযোগ হল জোর শব্দের অভিযোগ, 2017 সালে বার, ক্লাব এবং রেস্টুরেন্টগুলির জন্য 20,000 এর বেশি অভিযোগ জমা পড়ে। মাত্রাতিরিক্ত জোর শব্দের (85 ডেসিবেল বা তার বেশি) ফলে শ্রবণ শক্তি নষ্ট হতে পারে, উচ্চ রক্তচাপ হতে পারে, আলসার হতে পারে, ক্লান্তি আসতে পারে এবং মানসিক চাপ হতে পারে। যদি তাদের কথা জানানোর জন্য কর্মীদের বা গ্রাহকদের জোরে চিত্কার করে কথা বলতে হয় তাহলে শব্দের স্তর খুব বেশি রয়েছে।

আপনার খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানের শব্দ কমানোর কয়েকটি পরামর্শ এখানে রয়েছে:

- রান্নাঘর ও খাওয়ার জায়গার মিউজিকের ভলিউম কমান।
- এমন সব ডিজাইন করুন যা শব্দ কমিয়ে দেয় যেমন অ্যাকাউস্টিক প্যানেল।
- জোরে শব্দ হয় এমন সব জিনিস যেমন আইস ও সোডা মেশিন খাওয়ার জায়গা থেকে সরান।
- যখন সম্ভব কম আওয়াজ হয় এমন সব জিনিস কিনুন যেমন আইস মেশিন, কমপ্রেসার এবং ডিশওয়াশার।
- ওয়েট স্টেশন থেকে শব্দ হতে পারে তাই খাওয়ার জায়গা থেকে সরান এবং চারপাশ পার্টিসন দিয়ে দিন।
- রান্নাঘরে শব্দরোধী দরজা বসান।
- চেয়ারের পায়াগুলিতে রবারের টুপি লাগান।
- আপনার হিটিং ও বাতানুকুল সরঞ্জাম ঠিক মতো কাজ করছে কিনা দেখে নিন। যেসব যন্ত্রের ঠিক মতো রক্ষণাবেক্ষণ করা হয় না সেগুলো থেকে শব্দ হতে পারে।
- কোলাহলপূর্ণ এলাকায় শ্রবণ সুরক্ষা প্রদান করুন।

আরও দরকারি তথ্য:

- মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের শ্রম দপ্তরের পেশাগত নিরাপত্তা ও স্বাস্থ্য প্রশাসন (U.S. Department of Labor's Occupational Safety and Health Administration, OSHA) কর্মস্থলে শব্দের তীব্রতা নিয়ন্ত্রণ করে। যদি আপনার রেস্টুরেন্টে বা বারে শব্দের তীব্রতা বেশি থাকে তাহলে আপনাকে আপনার কর্মীদের জন্য **শ্রবণ সংরক্ষণ প্রকল্প** বাস্তবায়িত করতে হবে।
- একজন শব্দ পরামর্শক আপনার স্থানের শব্দের মাত্রা তীব্র কিনা তা নির্ধারণ করতে, শব্দের উতপত্তি চিহ্নিত করতে সহায়তা করতে পারেন এবং তা কমানোর পরামর্শ দিতে পারেন।
  - নিউ ইয়র্ক স্টেটের শ্রম বিভাগ থেকে বিনামূল্যে গোপনে শব্দ সম্পর্কে পরামর্শ পেতে **onsite@labor.ny.gov** এ ইমেল করুন।
  - NYC এর পরিবেশ সুরক্ষার অনুমোদিত তালিকা থেকে একজন **সাউন্ড অ্যাসেসমেন্ট কনসালটেন্ট** নিয়োগ করুন।

আরও তথ্যের জন্য, **nyc.gov/health** এ গিয়ে **রেস্টুরেন্টে শব্দ** সম্পর্কে খুঁজুন।

ব্রুকলিন রেস্টুরেন্টে ভাইব্রিওসিস কেস

নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য বিভাগ রেস্টুরেন্টের খাবার খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েছেন বলে মনে হয় এমন যে কোন কারুর অভিযোগে সাড়া দেয়। এই তদন্তগুলিতে অসুখের প্রকোপ চিহ্নিত হয় ও খারাপ খাদ্য সুরক্ষার অভ্যাসগুলি প্রকাশ পায়।

ব্রুকলিন রেস্টুরেন্টেমানুষ খাবার খেয়ে অসুস্থ হয়ে পড়ে তার জন্য করা রিপোর্টের ক্ষেত্রে স্বাস্থ্য বিভাগ *ভিব্রিও* চিহ্নিত করেছে। *ভিব্রিও* হল এক ধরনের ব্যাকটিরিয়া যা উপকূলীয় পানি/জলে যেখানে ঝিনুক পাওয়া যায় সেখানে থাকে। যেহেতু ঝিনুক ফিল্টার করা পানি/জল দিয়ে খাওয়া হয় তাই পানি/জল থেকে ব্যাকটিরিয়া ঝিনুকের মধ্যেই বাড়তে থাকে। যখন কেউ কাঁচা বা ঠিক মতো রান্না না করা ঝিনুক খায় তখন তার ভাইব্রিওসিস হতে পারে, যার ফলে অস্বাভাবিক খিল ধরে, বমি বমি ভাব, জ্বর, বমি ও ডায়ারিয়া হয়। রান্নাঘরে ক্রস দূষণের ফলে *ভিব্রিও* থেকে অন্যান্য খাবার দূষিত হতে পারে। স্বাস্থ্য বিভাগ রেস্টুরেন্টের বিক্রি করা ঝিনুক পরীক্ষা করেছে এবং সেখানে *ভিব্রিও* য়ের অস্তিত্ব পেয়েছে।

ভিব্রিওসিসের ঝুঁকি কমাতে আপনাকে অবশ্যই যা করতে হবে:

- গ্রাহকদেরকে কাঁচা বা ঠিক মতো রান্না না করা খাবার থেকে অসুস্থতা বেড়ে যাওয়ার ঝুঁকি সম্পর্কে জানিয়ে একটি লিখিত পরামর্শ দিয়ে সতর্ক করা।
- কাঁচা বা রান্না করা খাবারের জন্য পৃথক বাসন ও কাটিং বোর্ড ব্যবহার করা।
- অন্তত 90 দিনের জন্য শেলফিস ট্যাগ লাগানো। খাবার থেকে অসুস্থতা ধরা পড়লে, কোথা থেকে শেলফিস এসেছে তা চিহ্নিত করতে ট্যাগ ব্যবহার করা।
- খাদ্য যে উপরিভাগ স্পর্শ করে এবং যে সকল স্থানে খাদ্য মজুত, প্রস্তুত ও পরিবেশন করা হয় সেগুলি পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত রাখা।
- খাদ্য প্রস্তুতি ও পরিবহণের সময় খাদ্যের উপযুক্ত তাপমাত্রা বজায় রাখা।
- 311 নম্বরে ফোন করে অবিলম্বে খাদ্যে বিষক্রিয়ার অভিযোগ জানানো।

দণ্ডবিধির সংশোধন

নিউ ইয়র্ক সিটির জনস্বাস্থ্য স্যানিট্যারিয়ান যারা তাদের কাজ করছে তাদেরকে ইচ্ছাকৃতভাবে শারীরিকভাবে আঘাত করা অপরাধ (যেমন সেকেন্ড ডিগ্রিতে ক্লাস ডি নিগ্রহের অপরাধ)। গভর্নর নিউ ইয়র্ক স্টেট সেনেট বিল 3343, নিউ ইয়র্ক দণ্ডবিধি সংশোধন 120.05, নভেম্বর 20, 2015 তে স্বাক্ষর করেছে।

সুরক্ষার পরামর্শ
খাদ্য

খাদ্য নিরাপত্তা চ্যালেঞ্জ

1. নিচের কোনটি একটি ইঁদুরের উপদ্রবের সক্রিয় লক্ষণ?

A. একটি গলায় কিছু আটকানোর প্রতিরোধ পোস্টার
B. ইঁদুরের মল বা প্রস্রাব
C. কামড়ানোর দাগ
D. দেওয়ালে ফাটল

2. আপনার রেস্টুরেন্টে কীটপতঙ্গ প্রতিরোধ করতে আপনাকে:

A. কীটপতঙ্গ নাশ করতে হবে
B. কীটপতঙ্গদের না খাইয়ে মারতে হবে
C. কীটপতঙ্গের প্রবেশপথ বন্ধ করতে হবে
D. উপরের সবগুলি

3. ভিব্রিওসিসের ঝুঁকি কমাতে আপনাকে অবশ্যই যা করতে হবে:

A. খাদ্য যে উপরিভাগ স্পর্শ করে এবং যে সকল স্থানে খাদ্য মজুত, প্রস্তুত ও পরিবেশন করা হয় সেগুলি পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা
B. গ্রাহককে কাঁচা বা ঠিক মতো রান্না না করা খাবার খেলে অসুস্থতা হওয়ার ঝুঁকি সম্পর্কে লিখিতভাবে জানিয়ে সতর্ক করা
C. কাঁচা বা রান্না করা খাবারের জন্য পৃথক বাসন ও কাটিং বোর্ড ব্যবহার করা
D. উপরের সবগুলি

4. নিচের কোন থেকে বোঝা যাবে আপনার রেস্টুরেন্ট খুব কোলাহলপূর্ণ?

A. হিটিং ও বাতানুকুল সরঞ্জাম সঠিকভাবে রক্ষণাবেক্ষণ করা
B. আপনার কর্মী বা গ্রাহকদের শোনার জন্য চিতকার করা
C. খাওয়ার জায়গা থেকে আইস ও সোডা মেশিন সরানো
D. ব্যাকগ্রাউন্ড মিউজিক চলা

5. আপনার রেস্টুরেন্টের কোলাহল কমাতে কোনটি ছাড়া নিচের সবগুলি করতে হবে:

A. চেয়ারের পায়াগুলিতে রবারের টুপি লাগান
B. খাবারের জায়গার কাছে ওয়েট স্টেশন রাখুন
C. অ্যাকুস্টিক প্যানেল লাগান
D. রান্নাঘর ও খাবারের জায়গার মিউজিকের ভলিউম কমান

উত্তর: 1. A 2. D 3. D 4. B 5. B

আপনি কি জানতেন?

1) অনলাইনে আপনার পার্মিট পুনর্নবীকরণ করা সহজ। **nyc.gov/dohmhpermits** এ যান। রেজিস্ট্রেশন প্রয়োজন। পেমেন্ট কেবল ক্রেডিট বা ডেবিট কার্ডের মাধ্যমে করা যেতে পারে।

2) সিটি ব্যবসার জন্য যে সংস্থান দেয় তাতে আগ্রহী? **nyc.gov/business** এ যান।

3) খাদ্য পরিষেবা প্রতিষ্ঠানের কোন লঙ্ঘনের মীমাংসা করুন। যদি আপনাকে মীমাংসার প্রস্তাব দেওয়া হয় তাহলে আপনি তা গ্রহণ করে অর্থ বাঁচাতে পারেন। **nyc.gov/business** এ গিয়ে লঙ্ঘন ট্যাবে যান।

4) যদি আপনার কর্মী খাদ্য সুরক্ষা বিধি জানেন তাহলে আপনার প্রতিষ্ঠান কম লঙ্ঘনের নোটিশ পাবে। খাদ্য সুরক্ষা কোর্সের আরও তথ্যের জন্য **nyc.gov/healthacademy** এ যান।

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