

# غسل اليدين ليس اختيارياً.



يمكن أن يحد غسل اليدين من انتشار الكثير من الأمراض. وهو واحد من أكثر الطرق أهمية للحفاظ على سلامة زبائنك. وهو أمر مطلوب. اتبع هذه الإجراءات لتحقيق أفضل النتائج:

## متى تغسل يديك:

### قبل:

- تحضير الطعام أو تقديمه
- لبس القفازات أو تبديلها
- استخدام أدوات مائدة أو تقديم صحون نظيفة

### بعد:

- استخدام هاتف محمول
- تسليم المال أو بطاقات الائتمان
- استخدام الحمام
- أخذ فترة راحة
- الأكل
- استخدام منتجات التبغ أو السجائر الإلكترونية
- لمس اللحوم النيئة
- تسليم النفايات
- استخدام مواد التنظيف الكيميائية

## أو كلما اتسخت يداك!

## الصابون أو المطهر؟

مطهر اليدين لا يعمل على أيدي متسخة. إن استخدمت مطهر يدين أثناء تحضير الطعام، يجب أن يكون هذا بعد (وليس عوضاً عن) غسل يديك بالماء والصابون.

## كيف تغسل يديك:

- 1) بلل يديك بالماء الساخن
- 2) ضع الصابون
- 3) ارغي الصابون لمدة 15-20 ثانية. وأوصله لما بين أصابعك
- 4) أزل جميع الصابون
- 5) نشّف باستخدام منديل يُستخدم لمرة واحدة أو

مجفف هوائي



## اليدان المكشوفتان والطعام:

توجد بكتيريا على أيدي كل شخص. لهذا السبب يجب ألا يلمس الأشخاص الذين يتعاملون مع الطعام الأطعمة الجاهزة للأكل (الأطعمة التي لن تُطبخ مجدداً) باليدين المكشوفتين. القفازات طريقة جيدة لتفادي لمس الطعام، لكن تستطيع أن تستخدم أيضاً:

- الورق المشمع / غلاف الديلي
- الملقط
- المغرفة
- أدوات تقديم الطعام الأخرى

عندما تستخدم القفازات، احرص أن تكون نظيفة. بدل القفازات كلما تبدل المهمات أو تتسخ أو كل أربع ساعات على الأقل. إياك أن تعيد استخدام القفازات!

للحصول على معلومات أوفى، يرجى التواصل مع:

برنامج سلامة الغذاء في مديرية صحة مقاطعة أليغني • 412.578.8044 • [foodsafety@alleghenycounty.us](mailto:foodsafety@alleghenycounty.us)  
[AlleghenyCounty.us/FoodSafety](http://AlleghenyCounty.us/FoodSafety) • 15205 .Pittsburgh, PA • 210 Noblestown Rd., Ste 2121

