



## कोभिड-१९ रोगको महामारीको अवस्थामा खाद्य उत्पादन तथा बिक्रीवितरणमा सहभागी हुने खाद्य व्यवसायी तथा कामदारहरूले अपनाउनु पर्ने सावधानी

कोभिड-१९ रोगको महामारीको सम्बन्धमा हालसम्म अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा भए गरेका अध्ययन अनुसन्धान अनुसार सोको संक्रमण मानिस-मानिस विचको सम्पर्कबाट फैलिने गर्दछ। खाद्य पदार्थबाट मानिसमा उक्त रोगको संक्रमण हुने हालसम्म कुनै तथ्य प्रमाण पुष्टि भएको छैन। यस प्रकारका भाइरसहरू प्लाष्टिक, स्टिल, कागज जस्ता वस्तुहरूको सतहमा केही समयसम्म सक्रिय रहने कुरा प्रयोगशालामा भएका परिक्षणबाट देखिएको भनी विश्व स्वास्थ्य संगठनको प्रतिवेदनमा उल्लेख भएको हुँदा, स्वच्छ र गुणस्तरीय खाद्य पदार्थ उत्पादन तथा आपूर्ति व्यवस्थामा आवद्ध हुने व्यवसायी एवं कामदारहरूलाई कोभिड-१९ रोगको संक्रमणबाट जोगाई उनीहरूको स्वास्थ्य सुरक्षा कायम राख्न अत्यन्त जरुरी छ। सो सम्बन्धमा खाद्य पदार्थ उत्पादन, भण्डारण, ढुवानी, बिक्रीवितरण, होटल रेष्टुरेन्ट तथा खाद्य पदार्थ परिचालनमा खटिएका व्यक्तिहरूको स्वास्थ्य सुरक्षा सुनिश्चित गर्न अपनाइनु पर्ने स्वच्छता, सरसफाई र व्यक्तिगत सुरक्षा सामग्री (पर्सनल प्रोटेक्टिभ इक्विपमेन्ट) को प्रयोग सम्बन्धी अबलम्बन गर्नुपर्ने सावधानीहरू :

### १. कामदार तथा कर्मचारीहरूको स्वास्थ्य सुनिश्चितता :

- खाद्य व्यवसायीहरूले अनिवार्य रूपमा कार्यक्षेत्रमा खटिने कामदार तथा कर्मचारीहरूलाई कोभिड-१९ रोगको संक्रमणबाट सुरक्षित राख्न दैनिक निम्न बमोजिमका सावधानी अपनाउने :
  - प्रि-स्क्रिन टेष्ट (जस्तै : शरीरको तापक्रम नाप्ने, लक्षणहरूको पहिचान गर्ने),
  - कामदारहरूलाई कम्तिमा २० सेकेण्ड साबुन र सफा पानीले पटक पटक हात धुन लगाउने तथा स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने,
  - काम गर्ने कार्यक्षेत्र सरसफाई गरी डिस्इन्फेक्ट गर्ने साथै काममा प्रयोग हुने सामग्रीहरू पनि पटक पटक सफा गर्ने,
  - कामदारले मास्कको प्रयोग गर्ने र अन्य कामदारसँग कम्तिमा ६ फिटको दुरी कायम राख्ने,
  - कोभिड-१९ रोगसँग सम्बन्धित जानकारी र काम गर्दा अपनाउनु पर्ने सावधानी सम्बन्धी अन्य जानकारीका लागि आधिकारीक निकाय (जस्तै : नेपाल सरकार, विश्व स्वास्थ्य संगठन) ले दिएका निर्देशनहरूको पालना गर्ने गराउने,
- कोभिड-१९ रोगका लक्षणहरूबारे सबै कामदार एवं कर्मचारीहरूलाई सुसूचित गराउने,
- कोभिड-१९ रोगसँग सम्बन्धित लक्षणहरू देखा परेमा आफ्नो सुपरभाइजरलाई जानकारी गराउने र बिरामी कर्मचारीहरूलाई तत्काल स्वास्थ्य परीक्षण गराई चिकित्सकको सल्लाह बमोजिम कार्य गर्न निर्देशन दिने,
- कुनै कामदारमा कोभिड-१९ रोगका लक्षण देखिएमा कामदारले काम गर्दा संसर्गमा आएका क्षेत्रको डिस्इन्फेक्ट गर्ने र अन्य कामदारहरूको पनि स्वास्थ्य परिक्षण गर्ने,
- कुनै पनि संक्रमित रोगका लक्षण देखिएका कामदारलाई काममा नलगाउने ।





२. कामदार तथा कर्मचारीहरूको व्यक्तिगत सरसफाई:

- खाद्य पदार्थ तयार वा परिचालन गर्नु अघि, खोकी वा हाच्छ्यू गरे पछि, शौचालयको प्रयोग पश्चात वा सवैको सम्पर्कमा आउने सतह जस्तै ढोका, टेबल, पैसा आदि छोएपछि, अन्य कुनै सामान समाएपछि, खाना खानु अघि कामदारहरूलाई कम्तिमा २० सेकेण्ड साबुन र सफा पानीले हात धुन लगाउने तथा स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने,
- आँखा, नाक, मुख तथा अन्य अंग छुने/चलाउने कार्य नगर्ने, यदि छोएमा तुरुन्त साबुन पानीले हात धुने,
- तयारी खाद्य पदार्थ (रिडी-टु-इट फुड) परिचालन गर्दा पन्जा (ग्लोभ), मास्क र अन्य सुरक्षा प्रदान गर्ने सामग्रीहरूको प्रयोग गर्ने,
- खोकदा वा हाच्छ्यू गर्दा टिस्यु/रुमालले नाक, मुख छोप्ने र उक्त टिस्यु डस्टबिनमा फाली साबुन पानीले हात धुने,
- कार्य स्थलमा संक्रमणको जोखिम कम गर्न सकेसम्म थोरै कामदारहरूको समुह बनाई कामदारहरूको एक अर्का बिचको दूरी कम्तिमा ६ फिट कायम गर्ने,
- आफूले काम गर्ने कार्यक्षेत्र सधैं सफा राख्नका साथै डिसइन्फेक्ट गर्ने र काममा प्रयोग हुने सामग्रीहरू पनि पटक पटक सफा गर्ने,
- व्यक्तिगत सुरक्षा कायम राख्न मेशीनरी औजार, धेरै छुइने/सम्पर्कमा आउने सतहहरू जस्तै ढोका, डोरबेल, बिल भुक्तानी गर्ने काउन्टर, टच प्याड (Touchpads), सवारी साधन आदि स्यानिटाइजरको प्रयोग गरी पटक पटक डिसइन्फेक्ट गर्ने ।

३. खाद्य पदार्थ उत्पादन, प्रशोधन, भण्डारण, ढुवानी तथा विक्रीवितरण एवं सेवा प्रदायक :

- खाद्य उत्पादन, प्रशोधन तथा सेवा प्रदायकहरूले खाद्य स्वच्छताका ५ सन्देश(श्रोत: विश्व स्वास्थ्य संगठन) को अवलम्बन गर्ने : सरसफाई राख्ने, स्वच्छ पानी र खाद्य वस्तु मात्र प्रयोग गर्ने, राम्ररी पकाउने, पकाएको र नपकाएको खाद्य वस्तुहरूलाई छुट्टाछुट्टै राख्ने, र खानालाई सुरक्षित तापक्रममा राखी संरक्षण गर्ने,
- कार्य स्थलमा संक्रमणको जोखिम कम गर्न सकेसम्म थोरै कामदारहरूको समुह बनाई कामदारहरूको एक अर्का बिचको दूरी कम्तिमा ६ फिट कायम गर्ने,
- आफूले काम गर्ने कार्यक्षेत्र सधैं सफा राख्नका साथै डिसइन्फेक्ट गर्ने र काममा प्रयोग हुने सामग्रीहरू पनि पटक पटक सफा गर्ने,
- मेशीनरी औजार, धेरै छुइने/सम्पर्कमा आउने सतहहरू जस्तै ढोका, डोरबेल, बिल भुक्तानी गर्ने काउन्टर, टच प्याड (Touchpads), सवारी साधन आदि पटक पटक डिसइन्फेक्ट गरी सफा राख्ने,
- खाद्य पदार्थको प्रत्यक्ष सम्पर्कमा आउने सतह, भौडा, बर्तन, खाद्य पदार्थ तयार गर्ने सतह आदि प्रयोग पश्चात राम्ररी धुने र सफा तथा सुक्खा राख्ने,
- प्याकेजिङ नगरिएका खुल्ला रूपमा राखिएका खाद्य पदार्थहरू हात नघोई नचलाउने,
- उपभोक्ता/ग्राहक द्वारा छुइने सतहहरू जस्तै ढोकाको ह्यान्डल, उपकरण, टेबल, सामान राख्ने कार्ट (Grocery cart handles), चेक-आउट काउन्टरहरू स्यानिटाइजरको प्रयोग गरी पटक पटक डिसइन्फेक्ट गर्ने,





- स्यानिटाइजर प्रयोग गर्दा लेबलमा दिइएको निर्देशन अनुरूप गर्ने,
- सेवा प्रदायक (होटल, रेष्टुरेन्ट) ले खाद्य पदार्थ तयार गर्ने विधि, होम डेलिभरी सेवा प्रदान गर्दा निम्न कुराहरूमा ध्यान दिने:
  - राम्ररी पाकेको खाद्य पदार्थ मात्र उपलब्ध गराउने,
  - पकाएको खानेकुरा सामान्य तापक्रममा २ घण्टा भन्दा बढी नराख्ने,
  - पकाएको वा चाँडै विग्रने खानालाई ५°C भन्दा कम तापक्रममा रेफ्रिजरेटरमा राख्ने,
  - खाना पस्केंदा खानाको तापक्रम ६०°C भन्दा बढी हुनु पर्ने,
  - लामो समयसम्म जोखिमपूर्ण तापक्रममा (५°C देखि ६०°C सम्म) खाद्य पदार्थ भण्डारण नगर्ने,
- खाद्य पदार्थ परिचालनमा संलग्न कर्मचारी/कामदारहरूलाई खाद्य स्वच्छता र खाद्य पदार्थ परिचालनका सुरक्षित विधि सम्बन्धी तालिम दिने,
- संक्रमण नियन्त्रणका लागि ग्राहक/उपभोक्तालाई देहाय बमोजिम गर्ने गराउने:
  - क) सबै ग्राहकका लागि एउटै भाँडा/वर्तन वा डिस्पेन्सर प्रयोग हुने सेवा जस्तै सलाद बार (Salad bars), बुफे (Buffets), पेय पदार्थ स्टेशन (Beverage service stations) हरू बन्द गर्ने,
  - ख) खाद्य पदार्थ वा बिल भुक्तानीका लागि लाइन बस्दा ग्राहकहरू बिच आवश्यक सामाजिक दुरी कायम गर्न सहयोग गर्ने,
  - ग) ग्राहकलाई खाद्यन्न भण्डारण तथा खुद्रा पसल, होटल, रेष्टुरेन्टहरूमा घर पालुवा जनवार ल्याउन रोक लगाउने/दुरुत्साहन गर्ने,
  - घ) ग्राहकका लागि खाद्य पदार्थ पस्कन प्रयोग हुने प्लेट, चम्चा, गिलास, बटुका, आदि तातो पानीले धुने/सफा गर्ने,
  - ङ) ग्राहकहरूका लागि हात धुने सावुन र सफा पानी एवं स्यानिटाइजरको व्यवस्थापन गर्ने ।

#### ४. फुड पिक-अप वा डेलिभरी सेवा:

- खाद्य स्वच्छताका ५ सन्देश (श्रोत: विश्व स्वास्थ्य संगठन): {सरसफाई राख्ने, स्वच्छ पानी र खाद्य वस्तु मात्र प्रयोग गर्ने, राम्ररी पकाउने, पकाएको र नपकाएको खाद्य वस्तुहरूलाई छुट्टाछुट्टै राख्ने र खानालाई सुरक्षित तापक्रममा राखी संरक्षण गर्ने} को अवलम्बन गर्ने,
- बिरामी भएका व्यक्तिलाई खाद्य पदार्थ परिचालन गर्न नदिने,
- खाद्य पदार्थ परिचालन गर्नु अघि, खोकी वा हाच्छ्यूं गरे पछि, शौचालयको प्रयोग पश्चात वा सर्वैको सम्पर्कमा आउने सतह जस्तै ढोका, टेबल, पैसा आदि छोएपछि, अन्य कुनै सामान समाएपछि, खाना खानु अघि कामदारहरूलाई कम्तिमा २० सेकेण्ड सावुन र सफा पानीले हात धुन लगाउने वा स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने,
- धेरै छुइने/सम्पर्कमा आउने सतहहरू जस्तै ढोका, डोरवेल, बिल भुक्तानी गर्ने काउन्टर, टच प्याड (Touchpads), सवारी साधन आदि पटक पटक डिस्इन्फेक्ट गरी सफा राख्ने,
- स्यानिटाइजर तयार र प्रयोग गर्दा लेबलमा दिइएको निर्देशन अनुरूप गर्ने,
- ग्राहकलाई सामाजिक दुरी कायम राख्न सहयोग गर्न खाद्य पदार्थ डेलिभरीका लागि पिक-अप जोन (Pick-up zone) निर्धारण गर्ने,



- खाद्य पदार्थ डेलिभरी गर्ने व्यक्तिलाई मास्क लगाउनु र व्यक्तिगत सुरक्षा सामग्रीको व्यवस्था गरी सो प्रयोग गर्न प्रोत्साहन गर्ने.
- खाद्य पदार्थ डेलिभरी गर्ने व्यक्तिलाई स्यानिटाजर, डिस्इन्फेक्टयान्ट, टिस्यु पेपर वा पेपर टावल आदि उपलब्ध गराउने.
- खाद्य पदार्थ डेलिभरी गर्दा/वितरण गर्दा सामाजिक दूरी कायम राख्न हातले छोएर लिने दिने कार्य नगर्ने,
  - खाद्य पदार्थ डेलिभरी गर्दा तातो खाना तातै र चिसो खाना चिसै राख्नका निम्ति उचित भाँडाको प्रयोग गर्ने, क) चिसो खाद्य पदार्थका लागि खाद्य ग्रेडको कुलेन्ट (Coolent) जस्तै आइस प्याक प्रयोग गर्न सकिने, ख) तातो खाद्य पदार्थका लागि इन्सुलेटेड हट केस प्रयोग गर्न सकिने ।
  - बाह्य संक्रमणबाट जोगाउन डेलिभरी गर्दा खाद्य पदार्थलाई राम्रोसँग योपिङ्ग तथा प्याकेजिङ्ग गर्ने,
  - खाद्य पदार्थ डेलिभरी गर्न प्रयोग गरिने कुलर तथा हट केस नियमित रूपमा सफा र स्यानिटाइज गर्ने.

माथि उल्लेखित सावधानीका साथै नेपाल सरकारले कोभिड-१९ रोगको संक्रमण नियन्त्रण सम्बन्धमा गरेका आदेश, निर्देशन तथा सावधानी समेत परिपालना गर्ने गराउने ।



नेपाल सरकार

कृषि तथा पशुपन्छी विकास मन्त्रालय

**खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण विभाग**

बबरमहल, काठमाडौं

फोन नं. ४२६२४३०

वेबसाइट: [www.dftqc.gov.np](http://www.dftqc.gov.np)