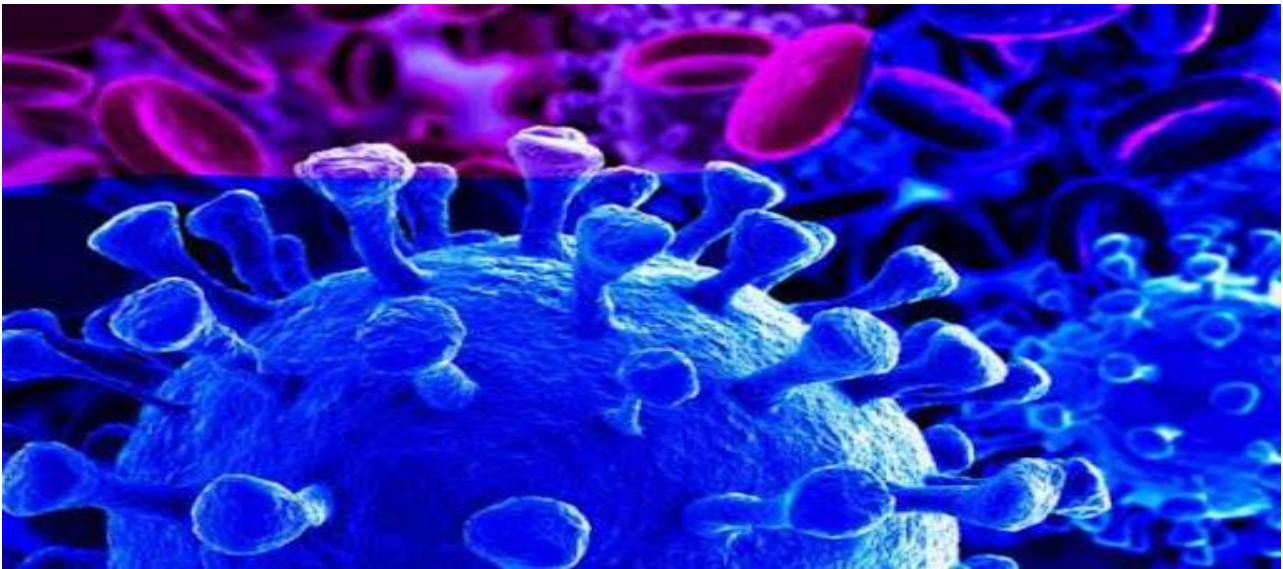


Οδηγίες πρόληψης της νόσου από κορωνοϊό για delivery ΔΙΑΝΟΜΕΙΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ



Η Δ/ση Δημόσιας Υγείας & Κοιν. Μέριμνας Π.Ε.Ρεθύμνης συστήνει την πιστή εφαρμογή των κατωτέρω οδηγιών:

Όσοι ασκούν το επάγγελμα του χειριστή τροφίμων ή ποτών, ή εργάζονται σε επιχειρήσεις υγειονομικού ενδιαφέροντος, πρέπει:

- Να είναι εφοδιασμένοι με πιστοποιητικό υγείας και να τηρούν τα μέσα προσωπικής υγιεινής,
- Να γίνεται τακτικός καθαρισμός/απολύμανση των μέσων διανομής (οχημάτων, περιεκτών)
- Τα τρόφιμα προς μεταφορά πρέπει να τοποθετούνται σε καθαρούς & κατάλληλους περιέκτες μέσα σε θερμομονωτικά κουτιά (για τήρηση $>60^{\circ}\text{C}$ ή $\leq 5^{\circ}\text{C}$).
- Να μην τοποθετούνται άλλα είδη (εκτός τροφίμων) στα κουτιά.
- Να ελέγχεται η εσωτερική θερμοκρασία του κουτιού ή/και ο χρόνος παραμονής σε θερμοκρασία περιβάλλοντος.

Οι διανομείς να τηρούν τους κανόνες ατομικής υγιεινής:

1. Καθημερινή καθαριότητα & περιποίηση του σώματος και του προσώπου,
2. Κάλυψη της μύτης & του στόματος με χαρτομάντιλο, κατά το βήχα ή φτάρνισμα,
- Αντισηψία των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα ή τζέλ,
1. Κατάλληλη περιποίηση & κάλυψη σε κοψίματα και εκδορές,
2. Απαραίτητη κρίνεται η χρήση γαντιών και μάσκας κατά την παράδοση τροφίμων. Τα γάντια οφείλουν να τα αλλάζουν σε κάθε νέα παραγγελία ή κατά το χειρισμό διαφορετικών ειδών τροφίμων.

Υγιεινή χεριών με καλό πλύσιμο ολόκληρης της επιφάνειας του χεριού και των δακτύλων με καλό στέγνωμα,

ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΣΩΣΤΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΛΥΣΙΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΧΕΡΙΩΝ;

Πλύνετε τα χέρια με σαπούνι και νερό μόνο όταν αυτά είναι εμφανώς λερωμένα! Αλλιώς εφαρμόστε αλκοολούχο αντισηπτικό!

 Διάρκεια της συνολικής διαδικασίας: 40-60 δευτερόλεπτα



0 Ανοίγουμε τη βρύση και βρέχουμε τα χέρια μας με τρεχούμενο νερό.



1 Λαμβάνουμε την απαραίτητη δόση σαπουνιού ώστε να καλυφθούν όλες οι επιφάνειες των χεριών.



2 Τρίβουμε τις παλάμες μεταξύ τους.



3 Τρίβουμε την παλάμη του δεξιού χεριού πάνω στην ραχιαία επιφάνεια του αριστερού χεριού βάζοντας τα δάκτυλα του δεξιού στα μεσοδακτύλια διαστήματα του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



4 Τρίβουμε τις παλαμιαίες επιφάνειες των χεριών και τα μεσοδακτύλια διαστήματα τοποθετώντας τα δάκτυλα σταυρωτά.



5 Τρίβουμε ταυτόχρονα τις ραχιαίες επιφάνειες των ακροδαχτύλων και των δύο χεριών κλείνοντας το κάθε χέρι μέσα στην παλάμη του άλλου χεριού.



6 Κλείνουμε τον αντίχειρα του αριστερού χεριού μέσα στην παλάμη του δεξιού χεριού, τον τρίβουμε με περιστροφικές κινήσεις και αντιστρόφως.



7 Τρίβουμε τα ακροδάχτυλα του δεξιού χεριού με περιστροφικές κινήσεις (της ίδιας και αντίθετης φοράς) στην παλάμη του αριστερού χεριού και αντιστρόφως.



8 Ξεπλύνουμε καλά τα χέρια μας με νερό.



9 Στεγνώνουμε καλά τα χέρια με χειροπετσάτα μιας χρήσεως.



10 Χρησιμοποιούμε την ίδια χειροπετσάτα για να κλείσουμε τη βρύση.



11 Τα χέρια μας τώρα είναι καθαρά και ασφαλή.