

# कर्मचारी अपने हाथ जरूर धोएं

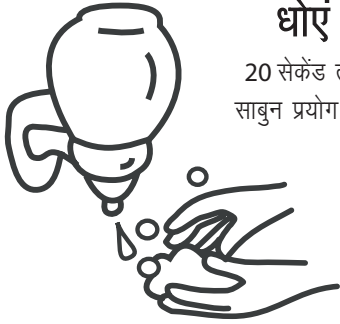
## कैसे

गीला करें  
गर्म पानी से



## धोएं

20 सेकेंड तक  
साबुन प्रयोग करें

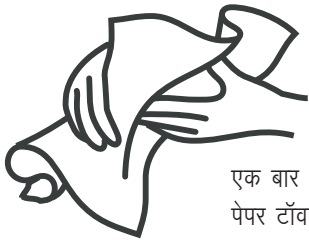


खंगालें/  
साफ करें

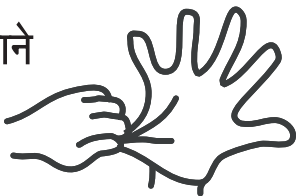


## सुखाएं

एक बार प्रयोग होने वाले  
पेपर टॉवल का प्रयोग करें



## दस्ताने



## कब

खाना तैयार करने से पहले या जब-जब  
जरूरत पड़े, अपने हाथ धोएं।

### इन कार्यों के बाद हाथ धोएं

- ▶ शौचालय का प्रयोग
- ▶ बिना पके मांस, मुर्गी, मछली, अंडे या अन्य संभावित हानिकारक खाद्य पदार्थों का स्पर्श
- ▶ भोजन को बीच में ही छोड़ने पर, जैसे फोन का जबाब देना, दरवाजा या दरवाजा खोलना
- ▶ खाना, धुम्रपान करना या गम चबाना
- ▶ गंदे प्लेट, बर्तन या उपकरण छूना
- ▶ कूड़ा फेंकना
- ▶ अपनी नाक, मुंह या शरीर के किसी अंग को छूने के बाद
- ▶ छींकना या खांसना

### अपने नंगे हाथों से खाने के लिए तैयार भोजन को स्पर्श न करें

दस्ताने, चिमटे, डेली कागज़ या परोसने के अन्य बर्तन/उपकरणों का प्रयोग करें।  
यदि दस्ताने न पहने हों तो सभी गहने, नेल पालिश या नकली नाखून उतार दें।

### दस्ताने पहनें

जब आपका हाथ कहीं पर कटा हो या उस पर घाव हो।  
जब आप अपने गहने नहीं उतार सकते।

### यदि आप दस्ताने पहने

- ▶ तो नए दस्ताने पहनने से पहले अपने हाथ धोएं

### उन्हें बदलें

- ▶ जब-जब आप अपने हाथ धोएं।
- ▶ जब वे फट जाएं या गंदे हो जाएं।

यू.एस. फूड एंड ड्रग्स एडमिनिस्ट्रेशन (U.S. Food & Drug Administration) की सहायता से एमए पार्टनरशिप फॉर फूड सेफ्टी एजुकेशन (MA Partnership for Food Safety Education) एवं युनाइटेड स्टेट्स डिपार्टमेंट ऑफ एग्रीकल्चर (United States Department of Agriculture) के सहयोग से यूमास एक्सटेंशन न्यूट्रिशन एजुकेशन प्रोग्राम (UMass Extension Nutrition Education Program) द्वारा विकसित। यूमास कार्यक्रमों एवं रोजगार में समान अवसर उपलब्ध कराता है।