


دليل العمّال في مجال الاغذية
GUIDE DU MANIPULATEUR D'ALIMENTS

نظافة وصحة المواد الغذائية
HYGIÈNE ET SALUBRITÉ ALIMENTAIRES

المجلس الحضري لمونتريال
COMMUNAUTÉ URBAINE DE MONTRÉAL

Montréal 
Service des infrastructures et de l'environnement
Direction de l'environnement
Division de l'inspection des aliments
827, boulevard Crémazie Est, bureau 301
Montréal (Québec) H2M 2T8

نظافة وصحة المواد الغذائية على أرض المجلس الحضري لمونتريال

Hygiène et Salubrité alimentaires sur le territoire de la communauté

تخضع جميع المواد الغذائية الموجهة للإستهلاك البشري على أرض المجلس الحضري لمونتريال للقوانين واللوائح الموضوعة من قِبَل الحكومة الفيدرالية وحكومة كيبيك. وكذلك للأدلة الموضوعة من قِبَل المجلس الحضري لمونتريال والخاصة بالمواد الغذائية الجاهزة أو التي تُعدّ أو تُقدّم أو تُباع على جميع أنحاء أرض المجلس. يجمع المجلس الحضري لمونتريال ٢٩ بلدية حيث يعيش ١,٧٠٠,٠٠٠ مواطن يتألفون من جميع الجاليات التي تعيش في كوبيك.

وتسهر مديرية التفتيش على الأغذية التابعة لقسم البيئة في المجلس الحضري لمونتريال على مراقبة نظافة وصحة المواد الغذائية في أكثر من ١٢,٦٠٠ مؤسسة غذائية تقوم بالبيع القاطعي أو تمثل أماكن الاستهلاك للمواد الغذائية كالمطاعم التي تُشكّل أكثر من نصف العدد الاجمالي للمؤسسات التي يتم التفتيش عليها.

حماية المستهلك

Protection du consommateur

تضم مديرية التفتيش على الأغذية فريقاً من المتخصصين يشتمل على مهندس زراعي متخصص في علم البكتيريا، أطباء بيطريين، كيميائيين، فنيي معامل، وحوالي خمسين مفتش للصحة العامة. ومهمة هؤلاء جميعاً ضمان حماية المستهلك وذلك بالسهر على احترام القواعد واللوائح الخاصة بالنظافة والصحة في جميع مراحل إعداد وتحويل وحفظ وتجهيز وتداول الأغذية. ولأداء هذه المهمة يقوم المفتشون بزيارة المطاعم، محلات البقالة، محلات الجزارة، المخازن، المستشفيات، المدارس والجامعات وذلك في أي ساعة من ساعات اليوم وخلال أيام الأسبوع السبعة. ولا تنجو الموزعات الآلية والمطاعم المتنقلة وسيارات نقل المواد الغذائية من هذه الرقابة. وهكذا فإن عدد الزيارات التي يقوم بها مفتشو الأغذية سنوياً يتعدى الـ ٦٠,٠٠٠ زيارة مما يفطني جميع أنحاء المجلس الحضري لمونتريال، فيتم بهذه الطريقة التفتيش على كل مؤسسة حوالي ٥ مرات في العام الواحد.

وعند انتهائه من زيارة المؤسسة، يقوم المفتش بإعطاء التوصيات اللازمة للمسؤول عنها، وفي حال وجود مخالفة للقانون والقواعد الصحية للأغذية يقوم بتحرير محضر ضبط لإثبات الحالة يذكر فيه النقاط الواجب تصحيحها أو تعديلها والمهلة الزمنية اللازمة لإتمام ذلك. وفي حال عدم الرضوخ لهذا الأمر الكتابي من قِبَل المسؤول عن المؤسسة، أو في حال خطورة الوضع، تتم مقاضاة المخالف أمام المحكمة حيث يُحكّم عليه بدفع غرامة مالية. والجدير بالذكر أنه وفي حال وجود خطر مباشر على حياة أو صحة المستهلك، فإن لمديرية التفتيش على الأغذية الحق بإيقاف العمل في المؤسسة أو منع الدخول إليها وإقفالها.

دليل العمال في مجال الاغذية

Guide du manipulateur d'aliments

تحتوي هذه الوثيقة الموجهة الى العاملين في مجال الاغذية، على القواعد والاسس العامة للنظافة والصحة الواجب

احترامها عند تداول وإعداد وتجهيز المواد الغذائية. هذا وإن على جميع العاملين في المؤسسات الغذائية والذين هم على اتصال مباشر بالأغذية - تصد بهم الذين يقومون بإعدادها أو تجهيزها أو تقديمها للمستهلك - أن يحترموا هذه القواعد والأسس حتى يتمكنوا من أن يقدموا للمستهلك غذاءً صحياً ونظيفاً لا يشكل أي خطر على صحة الإنسان.

التسمم الغذائي

Toxi-infection alimentaire

نقصد بالتعبير "التسمم الغذائي"، جميع الأمراض الناتجة عن بلع أو هضم مواد غذائية ملوثة بكمية كافية من الجراثيم أو المواد السامة للإنسان.

لا تمثل الجراثيم والكائنات الدقيقة المسببة للأمراض والمضرة بصحة الإنسان إلا جزءاً يسيراً جداً من الكائنات الدقيقة المعروفة لنا، وهي صغيرة جداً ولا يمكن رؤيتها بالعين المجردة، وتشمل بالإضافة إلى البكتيريا، الفيروسات والفطريات وفطريات العفن والخميرة والطفيليات. ويمكن لهذه الجراثيم أن تتواجد في كل مكان في البيئة المحيطة بنا. على الأرض، في الهواء، في فضلات الإنسان والحيوان، في الجهاز الهضمي للحيوانات، في المواد الغذائية النيئة، على الأيدي، على الملابس وفي الرذاذ المنتشر من الفم عند السعال أو العطس.

تعيش هذه الكائنات وتتكاثر ذاتياً ولا يمكنها الانتقال من مكان إلى آخر بمفردها. لهذا فإن كل عنصر خارجي يتلامس مع المواد الغذائية يمكن أن يشكل مصدر عدوى لها إذ ينقل إليها هذه الكائنات الضارة. فالأيدي مثلاً وأسطح العمل والأدوات والأواني المستعملة في إعداد وطهي الطعام هم من أبرز هذه العناصر.

والجدير بالذكر، وعلى عكس الاعتقاد الشائع، إن وجود الجراثيم والكائنات المسببة للأمراض لا تسبب بالضرورة تغييراً في طعم أو مظهر أو رائحة المواد الغذائية. وحدها التحليلات المعملية والبكتولوجية تسمح باكتشاف هذه الجراثيم أو سمومها في المواد الغذائية فهي في الواقع صغيرة الحجم جداً لدرجة أنه يلزم مثلاً عدد قدره ٥٠٠ مليون بكتيريا لتفطية سطح طابع بريدي واحد.

وفي تقديرنا إن ٩٥% من حالات التسمم الغذائي سببها البكتيريا، على الرغم من أن الغالبية العظمى من البكتيريا غير ضارة للإنسان لا بل إن بعضها نافع جداً ومفيد له، إذ يدخل في صناعة بعض أنواع الأغذية مثل الجبن واللبن الزبادي والسجق الجاف غير أنه وبالمقابل، فإن البكتيريا الضارة تسبب الكثير من الأمراض التي تؤدي إلى الموت.

عوارض التسمم هي عادةً: الغثيان والقيء، المصحوب بتقلصات في المعدة والإسهال. فالسنون والأطفال والمرضى هم الأكثر استعداداً للتسمم الغذائي وبالتالي فإن أصابتهم به تعرض حياتهم للخطر.

الحفاظة على جودة المواد الغذائية : توفير واقتصاد

Qualité et innocuité des aliments = économies

في تقرير نشرته وزارة الصحة والرعاية الاجتماعية الكندية عن التسمم الغذائي، نجد أن ٧٠% من حالات التسمم قد حدثت في المطاعم أو المنازل وذلك نتيجة استهلاك مواد غذائية تم شراؤها من محلات بيع الأغذية بالفرق. هذا وإن آلاف حالات التسمم الغذائي التي تحدث في كندا سنوياً هي نتيجة إعداد أو تداول أو حفظ الأغذية بطريقة غير صحيحة وغير صحية. هذا بالإضافة إلى أن الكائنات الدقيقة التي تسبب التسمم الغذائي مسؤولة أيضاً عن فساد وتعفن الأغذية. فالخبز المتعفن والحليب الحامض واللحم الفاسد ما هم إلا نتيجة للعدوى بالبكتيريا والكائنات الدقيقة الضارة.

لذا فإنَّ احترام القواعد الصحيَّة والنظافة يسمح بالحفاظ على جودة ومظهر الأغذية كما يساعد على حفظها لمدة أطول، وينتج عن هذا كله توفير كبير في التَّفقات مع المحافظة على سمعة وشهرة ومكائنة المؤسسة الغذائية.

حفظ الأغذية

Conservation des aliments

إنَّ المادة الغذائية التي يمكنها أن تسبب التَّسمم عند الإنسان هي تلك التي تحتوي على عدد كافي من البكتيريا المرضية. فالزَّمَن والحرارة هما من أبرز العوامل التي تساعد على نمو البكتيريا وتكاثرها. لذا فإنَّ أكثر حالات التَّسمم مردها إلى عدم التَّحكُّم في الحرارة المناسبة لحفظ المادة الغذائية حتى لحظة تقديمها للمستهلك. فالبكتيريا ليست سوى كائنات حية تنمو وتتكاثر وتتغذى بسرعة، خاصة في المواد الغذائية الدافئة الرطبة. فعلى سبيل المثال، يتضاعف عدد البكتيريا كلَّ ١٥ دقيقة في المدى الحراري الذي يتراوح بين ٣٥ م (٩٥ف) و ٤٥ م (١١٣ف). وهكذا يمكن لكلَّ ١٠٠ جرثومة أن تتكاثر ليتعدى عددها المليون من الجراثيم وذلك خلال ثلاث ساعات ونصف فقط.

المواد الغذائية التي تصاب بالبكتيريا بسهولة

Aliments particulièrement vulnérables à la contamination bactérienne

- بعض المواد الغذائية تصاب بالبكتيريا بسهولة وسرعة أكثر من غيرها. ونجد بين هذه المواد:
- اللحم أو الدجاج. النيء أو المطهوء، باستثناء السَّجق الجاف.
 - الأطعمة أو السَّلطات التي تحتوي على اللَّحْم أو السَّمك أو المنتجات البحريَّة الأخرى سواء أكانت نيئة أو مطهوءة.
 - الصلصات (المليونيز مثلاً).
 - الحليب ومشتقاته والبيض النيء والمطهوء.
 - الفطير المحتوي على الحليب أو البيض، البودينغ، القشدة المخضوقة وقشدة الحلوى.
 - الحبوب المطهوءة.
- تحطم الحرارة المرتفعة البكتيريا أثناء طهو الطَّعام وتقلل البرودة من نشاطها وتكاثرها. لذا فإنَّ درجات الحرارة التي تتراوح بين ٤م (٤٤ف) و ٦٠م (١٤٠ف) تُعتَبَر خطيرة وحرارة للمادة الغذائية لأنَّ البكتيريا تنشط وتتكاثر بسرعة وسهولة في هذا المدى.

التوصيات

Recommandations

- * إحتفظ بالمواد الغذائية التي يجب أن تكون مُبرَّدة في درجة حرارة تساوي ٤م (٤٠ف) أو أقل.
 - * إحتفظ بالمواد الغذائية الساخنة في درجة حرارة تساوي ٦٠م (١٤٠ف) أو أكثر وذلك حتى لحظة تقديمها للمستهلك.
 - * إستعمل مقياس الحرارة (الترموتر) لمعرفة درجة الحرارة الداخلية للمواد الغذائية أثناء طهوها أو تسخينها.
- وهكذا يمكنك أن تتأكد من أنَّ الطَّعام قد طُهي كما يجب وأنَّ الكائنات الدقيقة والبكتيريا الموجودة فيه قد تحطمت نهائياً نتيجة حرارة الطَّهو المرتفعة.

درجة الحرارة اللازمة لطهو اللحوم أو المنتجات المحتوية عليها

Température de cuisson des viandes ou produits à base de viande

- | | |
|------------------|--|
| الدجاج | : ٨٥ م (١٨٥ف) وذلك داخل لحم الفخذ (بدون لمس العظم) |
| لحم البقر | : ٦٠ م (١٤٠ف) وذلك داخل اللحم (بدون لمس العظم) |
| لحم الخنزير | : ٨٠ م (١٧٦ف) وذلك داخل اللحم (بدون لمس العظم) |
| لحم العجول | : ٨٠ م (١٧٦ف) وذلك داخل اللحم (بدون لمس العظم) |
| لحم الضأن والغنم | : ٦٥ م (١٤٩ف) وذلك داخل اللحم (بدون لمس العظم) |
| اللحوم الأخرى | : ٧٤ م (١٦٥ف) وذلك داخل اللحم (بدون لمس العظم) |
- * عند تبريد المواد الغذائية، ضعهما بطريقة تسمح للهواء بالمرور بينها بسهولة، وكذلك عند تبريد كمية كبيرة من الغذاء المطهون، قم بتقسيمه في أوعية صغيرة قليلة العمق (١٠ سم تقريباً) وذلك حتى يبرد بسرعة.
- * تجنّب تبريد أو تجميد كمية كبيرة من اللحم النيئ المفروم.
- * ضع مقياساً للحرارة (ترموتر) في كل ثلاجة أو مجمد أو طاولة تبريد أو ثلاجة عرض لكي تتمكن من مراقبة درجة الحرارة في كل وقت وتأكد أنها الدرجة المناسبة.
- * عند انتهائك من إعداد الطعام، قدّمه مباشرة للمستهلك. أو ضعه في الثلاجة لتبريده، أو احتفظ به في درجة حرارة قدرها ٦٠ م (١٤٠ف) أو أكثر لتقديمه ساخناً فيما بعد.
- * يجب عدم ترك أي مادة غذائية قابلة للفساد في درجة حرارة الفرة لمدة أكثر من ساعة.
- * يجب أن يتم تقطيع وتجهيز اللحم النيء في جو حرارته تساوي ١٠ م (٥٠ف) أو أقل.
- * إحفظ جميع المواد الغذائية المجمدة في درجة حرارة تساوي - ١٨ م (٠ف)
- * يجب تنويب الأغذية في الثلاجة دائماً في درجة حرارة تساوي ٤ م (٤٠ف) أو في فرن الموجات القصيرة (ميكرو أوند). إحذر تنويب المواد الغذائية في درجة حرارة الفرة لأنه وفي هذه الحالة، فإن السطح الخارجي لها يذوب أولاً بعد أن ينحل به الجليد فيبقى معرضاً لدرجة حرارة الفرة لأنه وفي هذه الحالة، فإن السطح الخارجي لها يذوب أولاً بعد أن ينحل به الجليد فيبقى معرضاً لدرجة حرارة مرتفعة وذلك لمدة وقت طويل مما يشجع نمو وتكاثر الجراثيم فيه.
- * ذوّب الثلج المجمّع في الثلاجة والمجمد بانتظام وهكذا تتجنّب تجمع الروائح فيهما، كما تتجنّب كافة المشاكل التي يمكنها أن تؤثر على عمل الأجهزة بكفاءة فتعطّلها.

تحضير واعداد الطعام

Manipulation d'aliments

من الضروري المحافظة على نظافة الأدوات والأجهزة وأسطح العمل والطاولات والأوعية والأيدي لتجنّب فساد وتعفن المواد الغذائية والحد من مصادر نقل العدوى البكتيرية إليها.

التوصيات

Recommandations

- * إحتفظ المواد الغذائية من مصادر العدوى البكتيرية وذلك بتغطيتها بأغشية البلاستيك الخاصة بالأغذية او بأغطية نظيفة سهلة التنظيف.
- * لا تضع أبداً العبوات التي تحوي المواد الغذائية على الأرض مباشرةً.
- * تأكد عند شرائك للحوم ولجميع المواد الغذائية المحتوية على اللحم من أنها تأتي من مصادر مراقبة ومسموح بها.
- * إحتفظ المواد الغذائية بعيداً عن مصادر العدوى كالسعال والتشؤب، وتجنّب لمس أسطح الأدوات والأوعية والأجهزة التي تتلامس مباشرة مع الأغذية.
- * إغسل وطهّر كما يجب المعدات والآلات وأسطح العمل بعد استعمالك للمواد الغذائية النيئة كاللحم والخضار وقبل استعمالك للمواد الغذائية المطهّرة أو الجاهزة للتقديم وذلك لتجنّب تعرّضها للتلوّث.
- * إحتفظ وحشّر على جِدّة كلّ من المواد الغذائية النيئة والمواد الغذائية المطهّرة.
- * إتبع دورة منّظمة في استعمالك للمواد الغذائية وذلك وفقاً لتاريخ شرائها.
- * تخلّص بسرعة من المواد الغذائية المهترئة.
- * تخلّص من المعلّبات المنتفخة أو المتوتّرة وكذلك من تلك التي تحدث صوتاً عند فتحها أو التي تحتوي على موادٍ غريبة المظهر والرّائحة وانتبه من أن تتذوّقها حتّى. كما وأنه لا يجب أن تبقى المواد المحفوظة في علبتها الأساسية بعد فتحها لأنه يمكن للعبوة أن تستدئ فتلوّث المواد الموجودة في داخلها.

النظافة الشخصية

Hygiène personnelle

- النظافة والصّحة هما من العوامل الأساسية التي يجب أن يتمتع بها الموظفون الذين يتولّون تحضير الأطعمة، فكلّ شخص ممكن أن يكون حاملاً للجراثيم التي تنتقل بسهولة بواسطة الأطعمة. لذلك فإنه يجب اتّباع بعض الإحتياطات لتجنّب تلوّث الأطعمة.

الإحتياطات اللازمة

Précautions à prendre

- * غسل اليدين جيّداً:
- قبل البدء بالعمل.
- بعد استعمال المراحيض.
- قبل لمس المواد الغذائية.
- بعد لمس المواد الغذائية النيئة (الدجاج مثلاً).
- بعد تناول الطّعام والتّدخين.
- بعد العطس والسّعال وتنظيف الأنف.
- بعد كل مرة تتسخ فيها الأيدي.

- * على المسؤولين عن المؤسسات الغذائية أن يضعوا تحت تصرف الموظفين موزعاً للصابون ومطهرًا سائلاً وماءً ساخنًا ومحرارم ورقية أو مجففة هوائياً ساخنًا مما يسمح بالتنظيف المستمر للأيدي.
- * استبدال الكفوف أو غسلها وتطهيرها مرة في اليوم على الأقل وذلك عند استعمالها في تداول المواد الغذائية.
- * إرتداء ثياب عمل نظيفة وارتداء قبعة أو غطاء يغطي شعر الرأس بكامله أو شعر الذقن إذا دعت الحاجة.
- * تجنب تداول المواد الغذائية عند الإصابة بالرشح والزكام والإسهال أو التقيؤ.
- * تنظيفه مداواة وتغطية الجروح في الأيدي.

الإنشاءات. التجهيزات والصيانة

Installations, équipements et entretien

نظافة مساحات العمل تعادل النظافة الشخصية أهمية وذلك لتجنب تلوث الأغذية.

- من الضروري جداً تنظيف وتقييم التجهيزات والآلات وأسطح العمل وكل ما أنتفع به من الأدوات المطبخية مرة في اليوم على الأقل، وغالباً إذا ما دعت الحاجة لا سيما بعد استعمال المواد الغذائية النيئة فيها. فالتنظيف الملائم والمصحوب بالتطهير اللازم يكفل القضاء على الكائنات الدقيقة لأن المنظف وحده لا يكفي لمنع نقلها وتكاثرها.

يجب أن يتم التنظيف كالتالي:

- الغسل المبدئي بالماء الساخن الذي يزيل الأجزاء الغذائية المتبقية أو الأوساخ الأخرى.
- التنظيف بالمطهر والفسيل بالماء الساخن.
- التطهير تبعاً لإحدى الوسائل التالية:
- غمر المعدات والأدوات المنوي تنظيفها بالماء الساخن في درجة حرارة قدرها 82 م (١٨٠ ف) وذلك لمدة دقيقة تقريباً.

تقريباً.

- غمر أو رش المعدات الصعبة بحللول مطهر.
 - التجفيف بالهواء الطلق.
- يجب على كل عملية تطهير أن تكون مسبقة بعملية تنظيف دقيقة للغاية لأن وجود الأوساخ يخفف من فعالية المطهرات.

للحصول على نتيجة فعالة، يجب أن تكون مواد التنظيف مناسبة للإستعمال المتعلق بالأغذية كما يجب أن تتبع فيها طريقة الإستعمال الموضوعة من قبل المصنع.

- يجب أن تستعمل الخرق لتنظيف أسطح العمل فقط وأن تحفظ في محلول مطهر بين استعمال وآخر.
- من المستحسن إبعاد الأدوات الخشبية (الرفوف والملاعق...) وذلك لصعوبة تنظيفها.
- يجب أن ينحصر استعمال الأماكن والمعدات والآلات المخصصة لتحضير الأطعمة في هذا المجال فقط كما يجب أن تكون جميع الأدوات مصنوعة من مواد مصقولة، صلبة، غير سامة وسهلة التنظيف. هذا وإن على كل آلة ومهما كان نوعها، أن تكون سهلة التفكيك والتجميع مما يسهل تنظيف كامل قطعها.
- يشكل استعمال الفرشاة المعدنية في التنظيف خطر التلوث على الأطعمة لذلك يُنصح باستعمال الخرق المصنوعة من النايلون.

- يجب أن تحفظ مواد التنظيف والتطهير والمواد السامة الأخرى في مكان مغليز لمكان حفظ وتحضير الأطعمة حتى لا تكون سبباً في تلوث المواد الغذائية يؤدي في النهاية إلى تسمم غذائي خطير.
- يجب أن يوجد داخل كل مؤسسة برنامج مراقبة دقيق للقضاء على الحشرات والقوارض وكل حيوان آخر مضر.

فوجود مثل هذه الطفيليات القادرة يدل على عدم نظافة المؤسسة. ويجب كذلك إقفال النوافذ والأبواب بإحكام وتجهيزها بشريط يحول دون دخول الحشرات. وتجهيز أنابيب تصريف المياه بشباك حديدية لمنع القوارض من عبورها. - يجب أن تُحفظ النفايات في أماكن نظيفة مخصصة لهذه الغاية، كما يجب أن تكون مُحكَّمة الإغلاق بحيث تمنع دخول الحشرات والحيوانات الأخرى. هذا ويجب الحرص على إفراغها باستمرار (مرتين في الأسبوع أو أكثر إذا ما دعت الحاجة).

نظافة وصحة المواد الغذائية : إهتمام متواصل

Hygiène et salubrité alimentaires: une préoccupation constante

نظافة وصحة المواد الغذائية يجب أن تكون الهاجس الأول للمسؤولين عن المؤسسات والعاشرين فيها. لذلك على كل من يتداول الأطعمة أن يأخذ بعين الاعتبار أن عمله يتعلق تعلقاً مباشراً بصحة المستهلك وإن غلطة واحدة من قبله يمكن أن تؤدي إلى نتائج مأساوية، من هنا يتوجب على المسؤولين عن المؤسسات التأكد أن كل الأشخاص المعنيين بتحضير وتقديم الأطعمة يطبقون المعلومات المدونة في هذا الملف. كما وإن تأهيل وإعداد المسؤولين عن قسم الأغذية لتطبيق القواعد اللازم اتباعها في تداول وتحضير وحفظ المواد الغذائية يبقى هاجس المجلس الحضري الأول وذلك لتأمين حماية المستهلك. وبالتالي فإن مديرية التفيتش عن الأغذية تنظم للعاملين في هذا المجال خمسين دورة تدريبية سنوياً على أرض المجلس الحضري لمونتريال.

لمزيد من المعلومات يرجى الإتصال بمديرية التفيتش عن الأغذية على الرقم ٤٢٠٠ - ٢٨٠ (٥١٤)