

ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਖਾਣੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ

ਖਾਣੇ ਦਾ ਕਾਰੋਬਾਰ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਦਾ ਚਲੇ ਜਾਣਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਵਰਤਾਏ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਖਾਣੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਚੀਜ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਹੜੀਆਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਿਆ ਹੈ। ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਖਾਣੇ ਵਾਲਾ ਸਥਾਨ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਕਿਉਂਕਿ ਮੁਢਲੀਆਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਅਤੇ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰ ਅਤੇ ਫਰਿਜ ਚੱਲ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ। ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਖਾਣਿਆਂ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ।



ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜਾ ਖਾਣਾ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਾਉਂਦੇ ਹੋ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਦੀ ਸੂਰਤ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਇਨਵਾਇਰਨਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਅਫਸਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

➤ ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਦੌਰਾਨ ਮੈਨੂੰ ਕਿਹੜਾ ਐਕਸ਼ਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਫਰਿਜ ਅਤੇ ਫਰੀਜ਼ਰ ਦੀਆਂ ਡੋਰਾਂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ; ਖੋਲ੍ਹੀ ਨਾ ਗਈ ਫਰਿਜ ਨੂੰ ਖਾਣਾ 4 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਠੰਢਾ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਰੀਜ਼ਰ ਨੂੰ ਖਾਣਾ 24 ਤੋਂ 48 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਫਰੋਜ਼ਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਫਰਿਜ ਵਿਚਲੇ ਖਰਾਬ ਹੋਣ ਯੋਗ ਖਾਣੇ ਬਰਫ ਉੱਪਰ ਰੱਖੋ।
- ਬਿਜਲੀ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਲਿਖੋ।
- ਆਪਣੀ ਫੂਡ ਸੇਫਟੀ ਪਲੈਨ ਵਿਚ ਦੱਸੇ ਗਏ ਮੁਤਾਬਕ, ਕੂਲਰਾਂ, ਫਰੀਜ਼ਰਾਂ ਅਤੇ ਗਰਮ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਯੂਨਿਟਾਂ ਵਿਚ ਖਾਣੇ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਣ ਰਿਹਾ ਖਾਣਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਅਯੋਗ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਉ।
- ਗਰਮ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਫਰਿਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਨਾ ਰੱਖੋ।
- ਆਪਣਾ ਸਥਾਨ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਉ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੁਢਲੀਆਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਚੱਲਦਾ ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਕਾਸ।

ਸਫਾ 2 ਉੱਪਰ ਜਾਰੀ...

ਸਿਹਤ ਸੁਰੱਖਿਆ | ਸਿਹਤਮੰਦ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਾਤਾਵਰਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ

➤ **ਬਿਜਲੀ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਐਕਸ਼ਨ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?**

- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੁਢਲੀਆਂ ਯੂਟਿਲਟੀਜ਼ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਰਮ ਅਤੇ ਠੰਢਾ ਚੱਲਦਾ ਪਾਣੀ ਅਤੇ ਗੰਦੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਨਿਕਾਸ।
- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਰਾ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਜਿਸ ਵਿਚ ਡਿਸ਼ਵਾਸ਼ਰਾਂ, ਠੰਢਾ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਫਰੀਜ਼ਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਸਹੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਫਰਿਜ਼ ਵਿਚਲੇ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਉ ਜੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਤਾਪਮਾਨ 2 ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘੱਟੇ 4 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਘਲ ਗਏ ਫਰੀਜ਼ਰ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਅਤੇ ਜੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 4 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸੁੱਟ ਦਿਉ। ਖਾਣੇ ਦੁਬਾਰਾ ਫਰੀਜ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਂ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਹ ਥੋੜ੍ਹੇ ਪਿਘਲੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ 4 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਨਾਲੋਂ ਹੇਠਾਂ ਹੈ। ਪਰ, ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਫਰੀਜ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਕੁਆਲਟੀ ਮਾੜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਗਰਮ ਰੱਖੇ ਹੋਏ ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਉ ਜੇ ਖਾਣੇ ਦਾ ਅੰਦਰਲਾ ਤਾਪਮਾਨ 2 ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਘੱਟਿਆਂ ਲਈ 60 ਡਿਗਰੀ ਸੈਲਸੀਅਸ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਫੂਡ ਸੇਫਟੀ ਪਲੈਨ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰੋ ਕਿ ਖਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਇਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੌਰਾਨ ਕਿਹੜਾ ਐਕਸ਼ਨ ਲੈਣਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਿਜਲੀ ਜਾਣਾ, ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਉਬਾਲਣ ਦੀ ਸਲਾਹ, ਅੱਗ ਲੱਗਣਾ ਜਾਂ ਹੜ੍ਹ ਆਉਣਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖਾਣੇ ਦੀ ਸੇਫਟੀ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਪਤਾ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁੱਟ ਦਿਉ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਲੋਕਲ ਹੈਲਥ ਪ੍ਰੋਟੈਕਸ਼ਨ ਆਫਿਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

www.fraserhealth.ca/healthprotection