

**TUYÊN TRUYỀN**  
**“THÁNG HÀNH ĐỘNG VÌ AN TOÀN THỰC PHẨM”**  
**NĂM 2022**

Thực hiện Kế hoạch số 623/KH-SGDĐT, ngày 04/4/2022 của Sở giáo dục & Đào tạo Sóc Trăng về việc: Triển khai “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2022. Trong giờ sinh hoạt sáng nay, BCH Hội CTĐ trường gửi đến các em học sinh các khối lớp chủ đề “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2022 là: *“Tiếp tục nâng cao vai trò, trách nhiệm của người sản xuất, kinh doanh và tiêu dùng nông sản thực phẩm trong tình hình mới”*.

Và đây là nội dung một số lưu ý trong công tác đảm bảo an toàn thực phẩm: Thực phẩm an toàn là nhu cầu thiết yếu của mọi người dân. Rau, thịt, thủy sản là những thực phẩm chủ lực và phổ biến trong bữa ăn hàng ngày của người Việt Nam. Tuy nhiên những thực phẩm này cũng tiềm ẩn rất nhiều nguy cơ như tồn dư thuốc bảo vệ thực vật, kim loại nặng trên rau; tồn dư chất cấm, thuốc kháng sinh trên thịt, thủy sản; ô nhiễm vi sinh vật gây bệnh trên rau, thịt, thủy sản... Sản phẩm rau, thịt, thủy sản không đảm bảo an toàn thực phẩm có thể dẫn đến ngộ độc thực phẩm, gây ra các bệnh đường ruột, các bệnh mãn tính, tiềm ẩn ảnh hưởng trực tiếp và lâu dài tới sức khỏe người tiêu dùng nên lưu ý đến 10 nguyên tắc chế biến thực phẩm an toàn như sau:

**1. Chọn thực phẩm tươi an toàn.** Rau, quả ăn sống phải được ngâm và rửa kỹ bằng nước sạch. Quả nên gọt vỏ trước khi ăn. Thực phẩm đông lạnh để tan đá, rồi làm đông đá lại là kém an toàn.

**2. Nấu chín kỹ trước khi ăn.** Nấu chín kỹ hoàn toàn thức ăn, bảo đảm nhiệt độ trung tâm thực phẩm phải đạt tới 70°C.

**3. Ăn ngay sau khi nấu.** hãy ăn ngay sau khi vừa nấu xong, vì thức ăn càng để lâu càng nguy hiểm.

**4. Bảo quản cẩn thận các thức ăn đã nấu chín.** Muốn giữ thức ăn quá 5 tiếng đồng hồ, cần phải giữ liên tục nóng trên 60°C hoặc lạnh dưới 10°C. Thức ăn cho trẻ nhỏ không nên dùng lại.

**5. Nấu lại thức ăn thật kỹ.** Các thức ăn chín dùng lại sau 5 tiếng, nhất thiết phải được đun kỹ lại.

**6. Tránh ô nhiễm chéo giữa thức ăn chín và sống với bề mặt bẩn.** Thức ăn đã được nấu chín có thể bị nhiễm mầm bệnh do tiếp xúc trực tiếp với thức ăn sống hoặc gián tiếp với các bề mặt bẩn (như dùng dao, thớt để chế biến thực phẩm chín và sống).

**7. Rửa tay sạch trước khi chế biến thức ăn và sau mỗi lần gián đoạn để làm việc khác.** Nếu bạn bị nhiễm trùng bàn tay, hãy băng kỹ và kín vết thương trước khi chế biến thức ăn.

**8. Giữ sạch các bề mặt chế biến thức ăn.** Do thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn, bất kỳ bề mặt nào dùng để chế biến thức ăn cũng phải được giữ sạch. Khăn lau bát đĩa cần phải được luộc nước sôi và thay thường xuyên trước khi sử dụng lại.

**9. Che đậy thực phẩm để tránh côn trùng và các động vật khác.** Giữ thực phẩm trong hộp kín, chận, tủ kính, lồng bàn. Đó là cách bảo vệ tốt nhất. khăn đã dùng che đậy thức ăn chín phải được giặt sạch trước khi dùng lại lần nữa.

**10. Sử dụng nguồn nước sạch an toàn.** Nước sạch là nước không màu, không mùi, vị lạ và không chứa mầm bệnh. Hãy đun sôi nước trước khi làm đá lạnh để uống. Đặc biệt cẩn thận với nguồn nước dùng nấu ăn cho trẻ.

Trên đây là nội dung tuyên truyền theo kế hoạch số 623/KH-SGDĐT, ngày 04/4/2022 của Sở giáo dục & Đào tạo Sóc Trăng về việc: Triển khai “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2022. Qua đây mong rằng tất cả các bạn cần quan tâm và chú ý nhiều đến an toàn thực phẩm để có những lựa chọn thực phẩm tốt đảm bảo cho sức khỏe cho chính mình./.