



# إرشادات السلامة الغذائية Food Safety Guidelines



◀ تطبق بلدية دبي إجراءات صارمة على المؤسسات الغذائية للتأمن من أن الأشخاص المرضى أو الأفراد الذين كانوا على اتصال مباشر مع شخص مريض لا يعملون في المؤسسات الغذائية وفي شركات توصيل الطعام.

◀ تتبع بلدية دبي أدلة سلامة الغذاء والصحة العامة أثناء التسوق سواء كان ذلك أثناء التسوق في المتاجر أو عند طلب الأغذية باستخدام تطبيقات الإنترنت وخدمة التوصيل مع ضرورة اتباع النصائح الخاصة بسلامة الغذاء أثناء ذلك.

- ▶ Dubai Municipality enforces strict procedures on food establishments to ensure that infected people and individuals who have been in direct contact with a sick person do not work in food establishments as well as in food delivery companies.
- ▶ It is obligatory to follow food safety and hygiene guidelines while shopping in food stores or ordering food using apps and home delivery services, and it is necessary to follow food safety tips during that time.

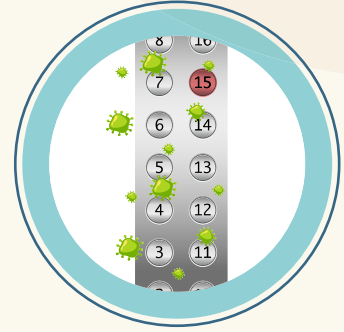


## عند التسوق While Shopping



يظل الخطر الأكبر للتلوث هو الاتصال بالأشخاص الآخرين والأسطح التي تتعرض للمس المتكرر مثل أسطح ميزان الأغذية وعربات التسوق وأزرار المصاعد.

- The greatest risk of infection is when you are in contact with other people and surfaces that are exposed to frequent touching, such as the surfaces of scales that are used for weighing food, shopping trolleys, and elevator buttons.



تجنب التسوق إذا كنت مريضًا. واعتم على طلب احتياجاتك الغذائية عبر الإنترنت وخدمة التوصيل للمنزل.

- Avoid shopping if you are sick. Instead, rely on ordering your food needs online and home delivery.





◀ حاول تقليل الزيارات إلى السوبر ماركت ومتاجر الأغذية من خلال التخطيط المسبق لاحتياجاتك من الأغذية.

- Try to reduce visits to the supermarket and food stores by pre-planning of your needs of food items.



◀ ت من قراءة مدة صلاحية الأغذية وسلامة العبوات وإرشادات التخزين عليها.

- Make sure to read the shelf life of food and storage instructions on the packages, and make sure the cans are intact and not dented.





◀ توجه لشراء الأغذية المبردة أو المجمدة في نهاية رحلة التسوق لتجنب ذوبان هذه المنتجات أو بقائها خارج الثلاجة لفترات طويلة.

- Buy chilled or frozen food at the end of the shopping trip to avoid melting of these products and staying out of the refrigerator for long periods.



◀ ضع الأغذية المجمدة والنيئة مثل اللحوم والبيض والأسماك في أكياس منفصلة عن باقي المنتجات الغذائية.

- Place frozen and raw foods such as meat, eggs and fish in separate bags from the rest of the food products.



◀ استبدل الدفع النقدي باستخدام البطاقة المصرفية لتجنب تبادل النقود والفواتير، ويفضل الدفع إلكترونياً إذا كانت الخدمة متاحة عبر الهاتف النقال.

- Replace cash payment with bank cards to avoid exchanging money and invoices, and it is preferable to pay electronically if the service is available via mobile phone.



◀ تجنب لمس وجهك وأنفك وفمك وعينيك قبل غسل اليدين.

- Avoid touching your face, nose, eyes and mouth before washing your hands.

## While Storing عند التخزين



◀ بعد التسوق أو طلب السلع الغذائية إلكترونياً حدد مكاناً معيناً لفرز وتفريغ السلع من الأكياس والأغلفة الخارجية، وتخلص منها بشكل آمن.

- After shopping or ordering food commodities electronically, select a specific place to sort and empty goods from bags and outer covers, and dispose of them safely.



◀ لا تنس تنظيف المكان قبل وبعد فرز وتفريغ السلع الغذائية.

- Do not forget to clean the place before and after sorting and unloading food items.



► The main method of COVID-19 transmission is from person to person through cough or sneeze droplets.

No evidence of COVID-19 transmission have been reported through food consumption. Yet, the virus can be present on surfaces like food packages for a certain period of time.

There is a possibility of infection by touching your nose, eyes or mouth after touching a contaminated surface or object.

Therefore, it is recommended to follow these practices while dealing with any packages.

◀ الطريقة الرئيسية لانتشار الفيروس المسبب لكوفيد-19 من شخص لآخر من خلال رذاذ العطس أو السعال لشخص مصاب.

لم يتم الإبلاغ عن أي حالات إصابة بالفيروس عن طريق الأغذية، ولكن يمكن أن يتواجد الفيروس على الأسطح مثل العبوات الغذائية لفترة معينة من الزمن.

وهناك احتمال للإصابة بالعدوى من خلال لمس فمك أو أنفك أو عينيك بعد ملامسة الأسطح الملوثة.

عليه يوصى باتباع الممارسات التالية عند التعامل مع هذه العبوات.

► Cleaning the outer cover of non-porous products, by using:

◀ تنظيف الغلاف الخارجي لعبوات المنتجات غير المسامية (العازلة للماء)، باستخدام:

الماء والصابون باستخدام قطعة قماش نظيفة (أو أحادية الاستخدام)  
Water and soap with a clean cloth (or a disposable one)



2

استخدام منتج مضاد (مطهر معتمد في نظام "منتجي"، مع ضرورة اتباع إرشادات الاستخدام، و باستخدام قطعة قماش نظيفة (أو أحادية الاستخدام)

By using a biocidal product (disinfectant) with a clean or disposable cloth that is approved in MONTAJI system. Make sure to follow the instructions of use correctly.



استخدام المناديل المطهرة (المعتمدة في نظام - منتجي)  
By using disinfectant wipes.(approved in MONTAJI system )



◀ **ملاحظة:** يفضل ترك المنتجات لفترة 10 دقائق لتجف، قبل استخدامها أو حفظها في الثلاجة أو خزانات المطبخ .

► **Note:** It is preferable to leave the products for 10 minutes to dry, prior to using or keeping them in the refrigerator or kitchen cabinets.





◀ من غسل اليدين جيدًا بالماء وضع كمية كافية من الصابون (لمدة لا تقل عن 20 ثانية) قبل وبعد التعامل مع المعلبات والأغذية المغلفة والمعبأة.

- Ensure that hands are thoroughly washed with water and a sufficient amount of soap (for at least 20 seconds) before and after handling canned food and packaged food.



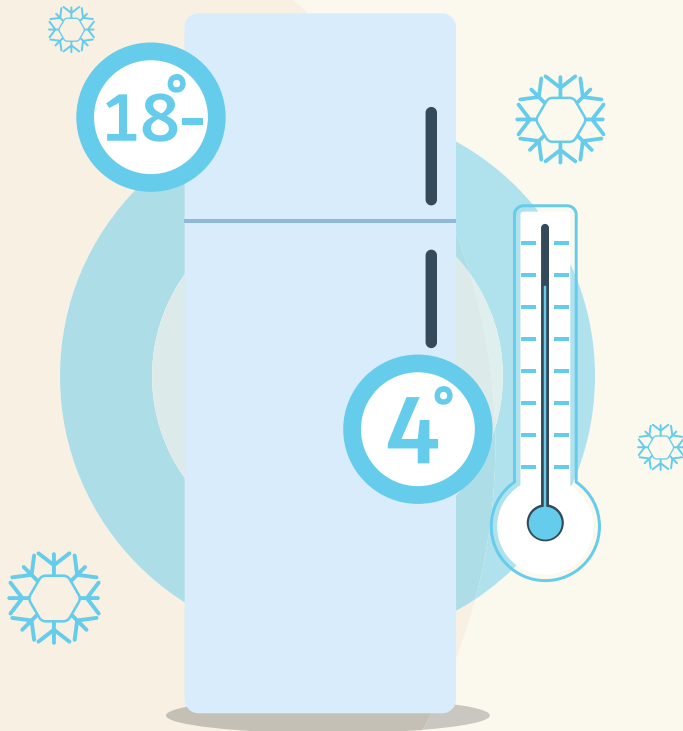
◀ افصل اللحوم النيئة بأنواعها عن الأغذية الجاهزة للأكل، وتأمن وصولها حسب درجات الحرارة المتوقعة وعدم ذوبان المواد المثلجة.

- Separate all types of raw meat from ready-to-eat foods, and make sure they are received according to expected temperatures, and the ice has not melted.



◀ ضع منتجات الحليب والبيض واللحوم في الثلاجة خلال ساعتين على الأكثر (أما في حال إذا كانت درجة حرارة الغرفة أعلى عن 32 درجة مئوية، فيجب أن تحفظ في الثلاجة خلال ساعة واحدة).

- Put milk, eggs and meat products in the refrigerator within two hours at most (in case the temperature in the room is higher than 32 degrees Celsius, they should be kept in the refrigerator within one hour).



◀ من وضع درجة حرارة الثلاجة عند 4 درجة مئوية أو أقل، والفريزر عند درجة حرارة (-18) درجة مئوية أو أقل.

- Ensure that the refrigerator temperature is set at 4 degrees Celsius or less, and the freezer at (-18) degrees or less.



◀ قم بتذويب الأطعمة في الرف السفلي من الثلاجة وتأكد من فصل الأغذية الجاهزة للأكل عن اللحوم النيئة.

- Defrost foods in the lower shelf of the refrigerator and ensure that ready-to-eat foods are separated from raw meats.



◀ لا تملأ الثلاجة بـ أكثر من سعتها وتأكد من وجود مجال لتدوير الهواء داخل الثلاجة لضمان التبريد الفعال.

- Do not overfill the refrigerator than its capacity and ensure that there is room for air circulation inside for effective cooling.





◀ تكد من غسل وفرك الخضروات والفواكه بشكل جيد تحت الماء الجاري قبل تناول، أو الطبخ، أو التقطيع. ولا تنس تنشيفها بعد الغسل.

- Make sure to wash and rub vegetables and fruits thoroughly under running water before eating, cooking, or slicing. Do not forget to dry them after washing.



◀ قم بتقطيع الأوراق الخارجية للخضروات (مثل الملفوف والخس) والتخلص منها.

◀ قم بقطع الأجزاء التالفة على الفواكه والخضروات الطازجة وتخلص منها قبل التحضير أو الأكل.

- Cut and discard the external leaves of leafy vegetables such as lettuce and cabbage.
- Remove damaged or bruised areas of fresh fruits and vegetables before preparing or eating.

## Preparation التحضير



ت دائمًا من غسل اليدين جيدًا بالماء ووضع كمية كافية من الصابون (لمدة لا تقل عن 20 ثانية) قبل وبعد التعامل مع المعلبات والأغذية المغلفة.

- Always wash your hands with soap and water for at least 20 seconds, before and after handling food and non-food packaging.



ت من تطهير وتنظيف الأسطح، وغسل الأواني بالماء الدافئ والصابون قبل وبعد الاستخدام.

- Make sure to disinfect and clean the surfaces, and wash the utensils with warm soapy water before and after use.



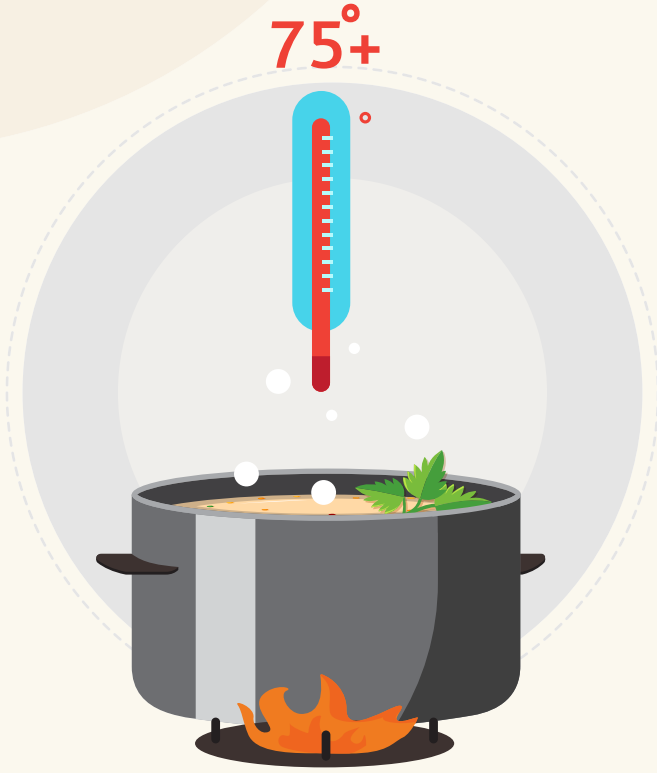
◀ افصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطبوخة أثناء التحضير والتخزين لتجنب التلوث التبادلي.

- Separate raw foods from cooked foods during preparation and storage to avoid cross- contamination.



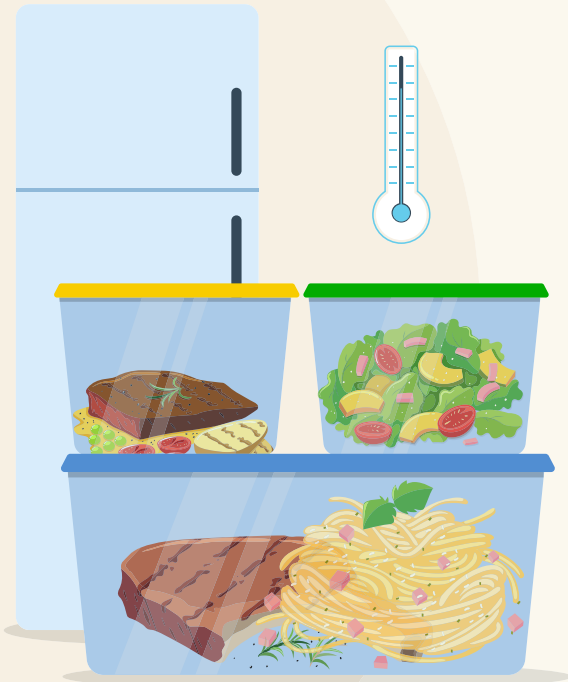
◀ استخدم أواني وألواح تقطيع للأطعمة النيئة مختلفة عن تلك المستخدمة للأطعمة المطبوخة أو الجاهزة للأكل.

- Use different cutting boards and utensils for raw foods than those used for cooked foods or Ready-to-eat food.



◀ استخدم أجهزة قياس حرارة الأطعمة للتأكد من طهي اللحوم ومنتجاتها على درجة حرارة كافية. يجب التأكد من أن درجة الحرارة الداخلية للأغذية المطبوخة ذات الأصل الحيواني (الأسماك والمأكولات البحرية، والدواجن، و اللحوم الحمراء، و الأطعمة المطبوخة عند تسخينها) تصل لدرجة حرارة 75 درجة مئوية فما فوق لضمان القضاء على الجراثيم.

- Use food thermometer to ensure that meat and meat products are cooked at an adequate temperature, and ensure that the internal temperature of cooked food of animal origin (such as fish and seafood, meat products, poultry, and leftover cooked foods) reaches a temperature of 75 ° C or higher to ensure the elimination of germs.



◀ إذا لم تستهلك الطعام بأكمله؛ قم بوضعه في أوعية محكمة الإغلاق وتبريده فوراً. وتأكد من تناول الطعام المتبقي في غضون يومين بعد إعادة تسخينه بشكل جيد.

- If you do not consume food or if part of it remains, put it in airtight containers and cool it immediately. Make sure to eat the remaining food within two days after reheating it well.



◀ "بعض الأشخاص أكثر عرضة لإصابة  
بالأمراض المنقولة عبر الغذاء، ويشمل  
ذلك النساء الحوامل والأطفال وكبار السن  
والأفراد الذين يعانون من ضعف جهاز  
المناعة. لذلك يوصى بالالتزام باتباع  
النصائح الخاصة بممارسات السلامة  
الغذائية."

- Some people are more susceptible to  
foodborne illnesses, including pregnant  
women, young children, the elderly and  
people with weakened immune systems.  
Therefore, it is crucial to follow the food  
safety tips and practices to prevent  
foodborne illnesses.

بلدية دبي

DUBAI MUNICIPALITY



صحتكم وسلامتكم أولويتنا