

BÀI TUYÊN TRUYỀN VỀ VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM

Thực phẩm là nguồn cung cấp dinh dưỡng hàng ngày cho cơ thể, giúp cơ thể khỏe mạnh, chống lại các nguy cơ của bệnh tật đang có mặt ở khắp nơi trong môi trường; giúp người ta hoạt động và làm việc. Như vậy, nếu nguồn thực phẩm không hợp vệ sinh, sức khỏe con người sẽ bị đe dọa.

Do đó để bảo đảm sức khỏe cho bản thân, gia đình quý phụ huynh và các em học sinh cần tuân thủ **10 nguyên tắc vàng về vệ sinh an toàn thực phẩm** như sau:

- 1. Chọn thực phẩm tươi sạch**
- 2. Giữ vệ sinh nơi ăn uống và chế biến thực phẩm**
- 3. Sử dụng đồ dùng nấu nướng và ăn uống sạch sẽ**
- 4. Chuẩn bị thực phẩm sạch sẽ và nấu chín kỹ**
- 5. Ăn ngay sau khi thức ăn vừa nấu xong hoặc vừa chuẩn bị xong**
- 6. Bảo quản cẩn thận thức ăn đã nấu chín và đun kỹ lại trước khi ăn**
- 7. Giữ vệ sinh cá nhân tốt**
- 8. Sử dụng nước sạch trong ăn uống**
- 9. Sử dụng vật liệu bao gói thực phẩm sạch sẽ, thích hợp và đạt tiêu chuẩn vệ sinh**
- 10. Thực hiện các biện pháp vệ sinh phòng bệnh, giữ gìn môi trường sống sạch sẽ**

NGƯỜI BIÊN SOẠN

HIỆU TRƯỞNG



Trinh Thị Thu Hà

Vũ Thanh Tiến