



## 1. PENGENALAN

Kehadapan semua yang dikasihi,

Laporan terkini dari seluruh dunia telah menunjukkan kesan positif pada beberapa minggu yang lepas. Masyarakat setempat sedikit sebanyak mempunyai kesedaran tentang kepentingan penjarakkan sosial. Hal ini dapat diteliti pada penurunan kes jangkitan dan peningkatan kes sembuh COVID-19 baru-baru ini.

Di CK, kita masih berasas baik kerana sehingga tarikh 11 Mei 2020, setiap ahli keluarga CK di seluruh operasi di Asia, masih bebas dari gejala COVID-19! Sila teruskekalkan prestasi ini dengan mempamerkan amalan-amalan yang baik termasuk duduk di rumah jika tidak mempunyai sebarang hal penting, mencuci tangan dengan kerap diikuti dengan sanitasi,

penggunaan topeng muka apabila berada di khalayak ramai, serta mengamalkan penjarakkan sosial.

Pada masa kini, perkhidmatan makanan telah mengambil langkah pengawalan keselamatan makanan yang ketat walaupun tidak terdapat kajian dari seluruh dunia yang membuktikan bahawa COVID-19 mampu tersebar melalui makanan. Untuk maklumat lanjut, teruskan membaca di mukasurat 2.

Pasukan kepimpinan akan terus berkongsi maklumat yang sahih sambil merancang serta mengambil langkah-langkah berkomited bagi menyedia makanan yang selamat dimakan.

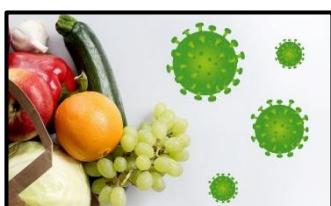
Semoga anda semua kekal SIHAT dan Selamat!

**Gordon Joseph**

HSE & Compliance Manager



## DI DALAM EDISI INI



Coronavirus & keselamatan makanan. Ada kaitan  
kah? Lebih lanjut di Mukasurat 2



Ergonomik Berkerja Dari Rumah (WFH) di  
Mukasurat 3

## 2. CORONAVIRUS & KESELAMATAN MAKANAN

Pertubuhan Kesihatan Dunia (WHO), European Commission for Health & Food Safety, HSE – UK dan pelbagai agensi lain telah membuat kajian tentang hubungan makanan dan COVID-19.

Sehingga kini, tiada kajian yang membuktikan COVID-19 mampu merebak melalui makanan! Rangkaian jangkitan dan penyebaran COVID-19 akan berlaku apabila titisan jangkitan memasuki

tubuh manusia yang sihat melalui mulut ataupun rongga hidung.

Setakat ini, kami sedang mengawasi kesemua sumber kajian yang sahih berkaitan dengan kajian serta informasi sains. CK akan melaksanakan standard keselamatan yang terbaik bagi melindungi pekerja, komuniti serta pelanggan kami!

The screenshot shows the European Commission's Directorate-General for Health and Food Safety website. It features the EU flag and the text: "EUROPEAN COMMISSION DIRECTORATE-GENERAL FOR HEALTH AND FOOD SAFETY Crisis management in food, animals and plants Food hygiene". Below this, there are two sections: "COVID-19 and food safety" and "Questions and Answers". A red arrow points from the "Questions and Answers" section towards the "Can I get infected by the consumption of certain food?" section in the adjacent box.

### 4.1. Can I get infected by the consumption of certain food?

According to food safety agencies in the EU Member States, it is very unlikely that you can catch COVID-19 from handling food. The European Food Safety Authority stated in addition that there is currently no evidence that food is a likely source or route of transmission of the COVID-19 virus<sup>7</sup>.

No information is currently available on whether the virus responsible for COVID-19 can be present on food, survive there and infect people. However, despite the large scale of the COVID-19 pandemic, there has been no report of transmission of the COVID-19 via consumption of food to date. Therefore there is no evidence that food poses a risk to public health in relation to COVID-19.

The main mode of transmission for COVID-19 is considered to be from person to person, mainly via respiratory droplets that infected people sneeze, cough, or exhale.

The screenshot shows the "COVID-19 and food safety: guidance for food businesses" page. It includes logos for the Food and Agriculture Organization of the United Nations and the World Health Organization. The page is dated "Interim guidance 7 April 2020". A red arrow points from the "Potential transmission of COVID-19 via food" section in the adjacent box towards the "Background" section here.

**Background**

The purpose of these guidelines is to highlight these additional measures so that the integrity of the food chain is maintained, and that adequate and safe food supplies are available for consumers.

**Potential transmission of COVID-19 via food**

It is highly unlikely that people can contract COVID-19 from food or food packaging. COVID-19 is a respiratory illness and the primary transmission route is through person-to-person contact and through direct contact with respiratory droplets generated when an infected person coughs or sneezes.

The food industry should have Food Safety Management Systems (FSMS) based on the Codex Analysis and Control Principles (CAC-CP) principles in place to manage food safety risks and prevent food contamination. Food industry FSMS are underpinned by prerequisite programmes that include good hygiene practices, cleaning and sanitation, zoning of processing areas, supplier control, storage, distribution and transportation, personnel management and fitness to work - all the key conditions and activities required to maintain a hygienic food processing environment. The Codex General Principles of Food Hygiene<sup>8</sup> lay down a firm foundation for implementing key hygiene controls at each

The screenshot shows a section from a document titled "Potential transmission of COVID-19 via food". It states: "There is no evidence to date of viruses that cause respiratory illnesses being transmitted via food or food packaging. Coronaviruses cannot multiply in food; they need an animal or human host to multiply." This text is highlighted with a red box.

*Petikan dokumen dari European Food Safety Authority & W.H.O tentang COVID-19 dan keselamatan makanan boleh didapati dibawah serta di atas talian di laman web rasmi mereka.*

### 3. ERGONOMIK BERKERJA DARI RUMAH

Ketika kita menyojong usaha global untuk mewasikan COVID-19 serta mengamalkan penjarakan sosial, anda dinasihatkan bekerja dari rumah..

Dalam persekitaran tempat kerja baru, kita perlu menyesuaikan badan dan minda untuk bekerja dalam persekitaran tersebut. Ergonomi adalah sains disebalik memahami cara-cara untuk menyesuaikan persekitaran kerja dengan badan manusia

Dengan mengambil langkah-langkah ringkas, ketidaksesuaian dapat dikurangkan serta penyakit jangka masa panjang dapat dihindari apabila bekerja dari rumah. Mematuhi amalan ergonomi dapat mengurangkan tekanan fizikal, menghindar dari sebarang kemudaratuan sambil meningkatkan produktiviti sepanjang hari!

Tambahan kepada tips di dalam diagram, ingat beberapa poin penting ini:

- ✓ Skrin komputer anda perlulah pada ketinggian yang lebih rendah daripada mata anda
- ✓ Ketinggian ideal meja perlulah sedikit rendah berbanding siku yang lurus
- ✓ Apabila berkerja sambil berdiri, pakailah kasut yang mempunyai tapak yang lembut atau kasut sukan!
- ✓ Ingat! Ambil masa 5 minit untuk berehat bagi setiap satu jam bekerja
- ✓ Jangan berdiri atau duduk dalam masa yang lama

## Work From Home (WFH) Ergonomics

YOU CAN CREATE A PAIN-FREE, PRODUCTIVE WORKSPACE BY USING THESE SIMPLE RESOURCES



Bahan yang diperlukan:

- ✓ Teks/Buku/Kotak untuk meninggikan laptop atau skrin. Kotak juga boleh dijadikan sebagai tempat letak kaki.
- ✓ Gulungan tuala boleh dijadikan sebagai penyokong bahagian bawah belakang
- ✓ Meletakkan kusyen di atas kerusi sebagai penebal yang lebih selesa
- ✓ Memakai kasut sukan ketika anda ingin bekerja sambil berdiri