Food Safety Field Training Kit for Fresh Produce Handlers

Guía de entrenamiento en seguridad de los alimentos para productores de vegetales frescos

PENNSTATE

College of Agricultural Sciences

Today we're going to learn three ways we can keep our products safe to eat:

1. Keep clean and healthy.
2. Wash your hands.
3. Prevent accidental contamination.

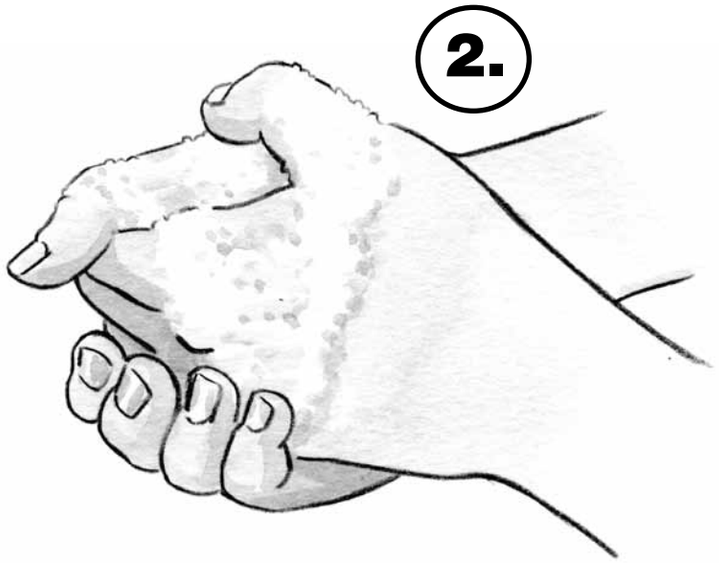
Let's talk some more about each of these.

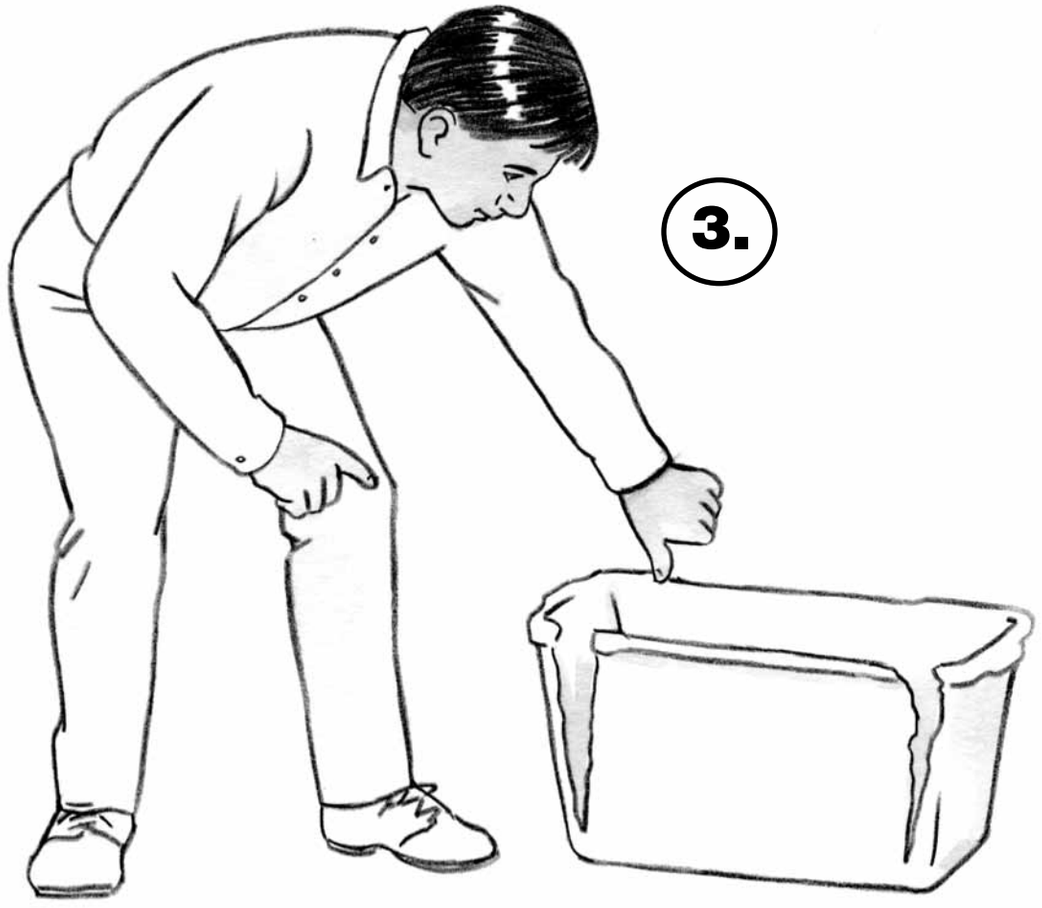
Hoy aprenderemos tres maneras de cómo mantener nuestros productos seguros para comer:

1. Manténgase limpio y sano.
2. Lávese las manos.
3. Prevenga la contaminación accidental.

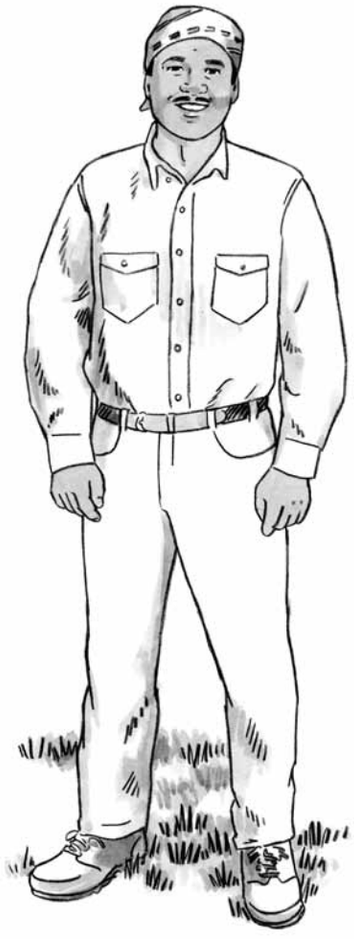
Vamos a hablar un poco más acerca de cada uno de estos temas.

1.

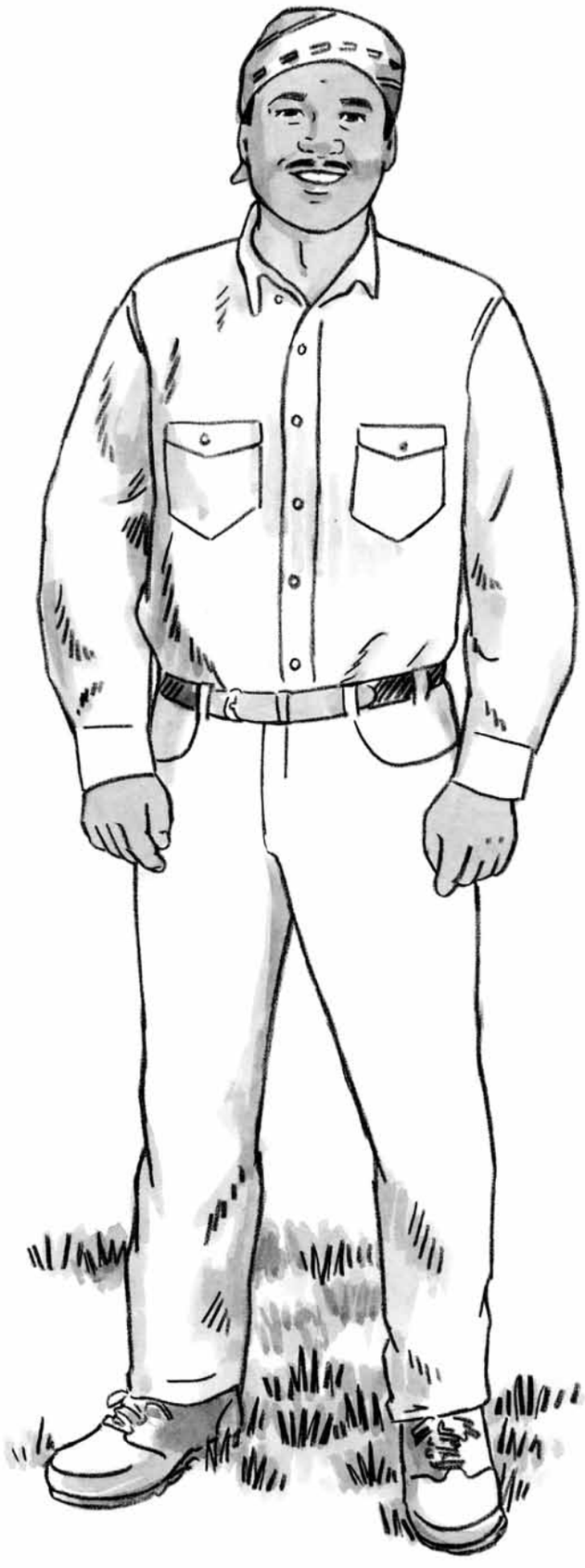

2.


3.

We will start by talking about how to keep clean and healthy. Your clothes help keep sweat, hair, cosmetics, and skin medicines off the product. A hat or bandana not only protects you from the sun but also protects the product. Wear clean work clothes so dirt or grease from other activities cannot contaminate the product.



Comenzaremos hablando de cómo mantenerse limpio y saludable. Su ropa ayuda a mantener el sudor, el pelo, los cosméticos y las medicinas de la piel fuera del producto. Un sombrero o un pañuelo (bandana) no sólo le protegen del sol sino que también protegen al producto. Use ropa limpia de trabajo para que la suciedad o grasa de otras actividades no puedan contaminar el producto.



If you have a fever, are vomiting, have diarrhea, or your skin or eyes have suddenly turned yellow, you may have a disease that can spread through food. This means you could contaminate food and also make someone who eats it sick. If you have any of these symptoms, report this to your supervisor.

Si tiene fiebre, diarrea, vómito o su piel u ojos se pusieron amarillos repentinamente, usted pudiera tener una enfermedad que puede transmitirse a través de los alimentos. Esto significa que podría contaminar los alimentos y enfermar a las personas que los consuman. Si tiene cualquiera de estos síntomas, infórmeselo a su supervisor.

Exposed wounds and sores on your skin, no matter how small, can also contaminate the product. If you have any cuts or scrapes, get a bandage from your supervisor. If you see any blood on the product, throw it away!

Las heridas y golpes en la piel que estén expuestas, no importa lo pequeñas que sean, también pueden contaminar el producto. Si usted tiene cualquier corte o raspadura, obtenga una venda o curita de su supervisor. Si usted ve sangre en el producto, ¡tírelo!

Saliva is full of germs. Don’t spit in areas where produce is picked, handled, or stored. If you have to cough or sneeze, protect the product by using your sleeve or the inside of your shirt to catch it. If saliva gets on the product, throw it out!

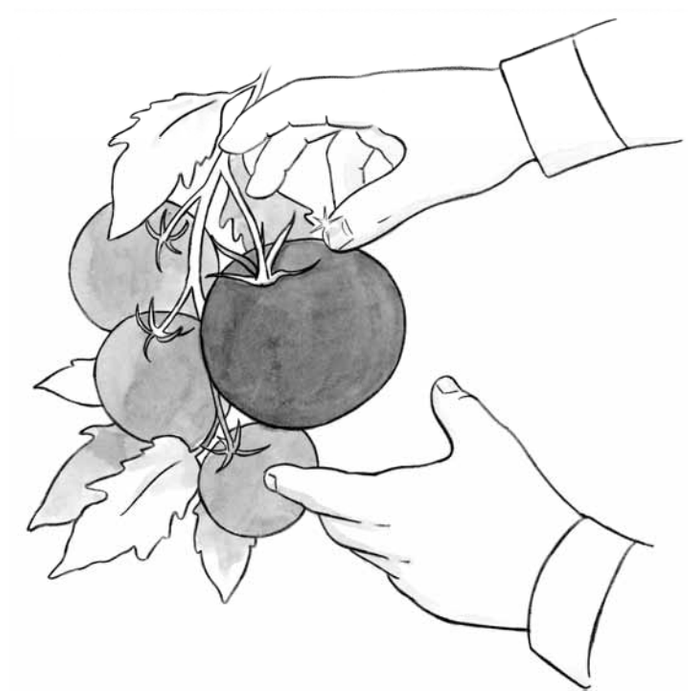
Are there any questions about keeping clean and healthy?

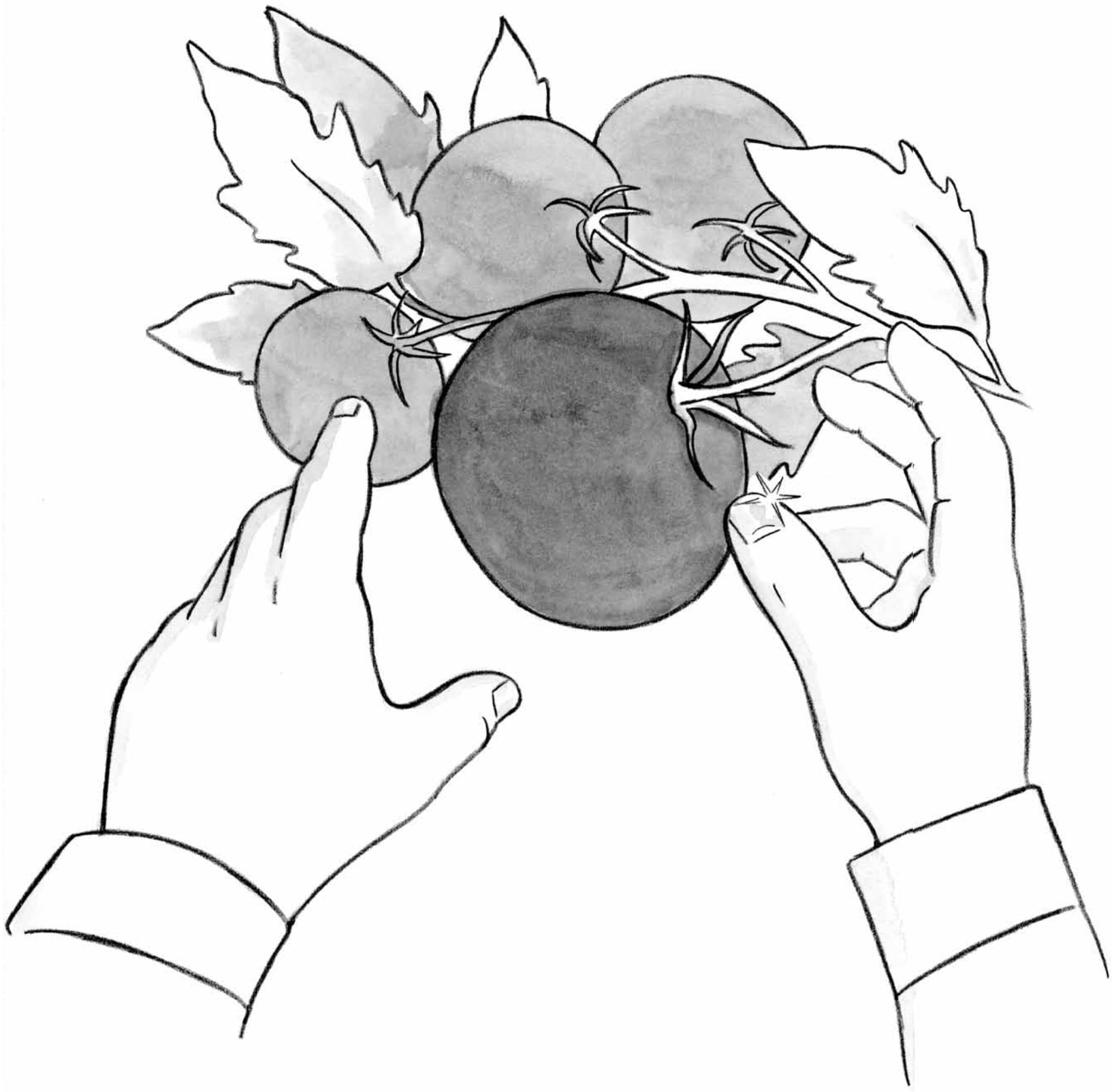
La saliva está llena de microbios. No escupa en áreas donde el producto es cosechado o pizcado, recogido, manejado o almacenado. Si usted tiene que toser o estornudar, proteja el producto utilizando la manga o el interior de su camisa como barrera para evitar que la saliva llegue al producto. Si la saliva le cae al producto, es necesario tirarlo inmediatamente.

¿Hay preguntas acerca de cómo mantenerse limpio y sano?

Now we will talk about when and how to wash your hands. Your hands are the most important tool you use on the job. Because they directly touch food, make sure they do not become a source of contamination. That's why we will start this section by talking about when and how to wash your hands.

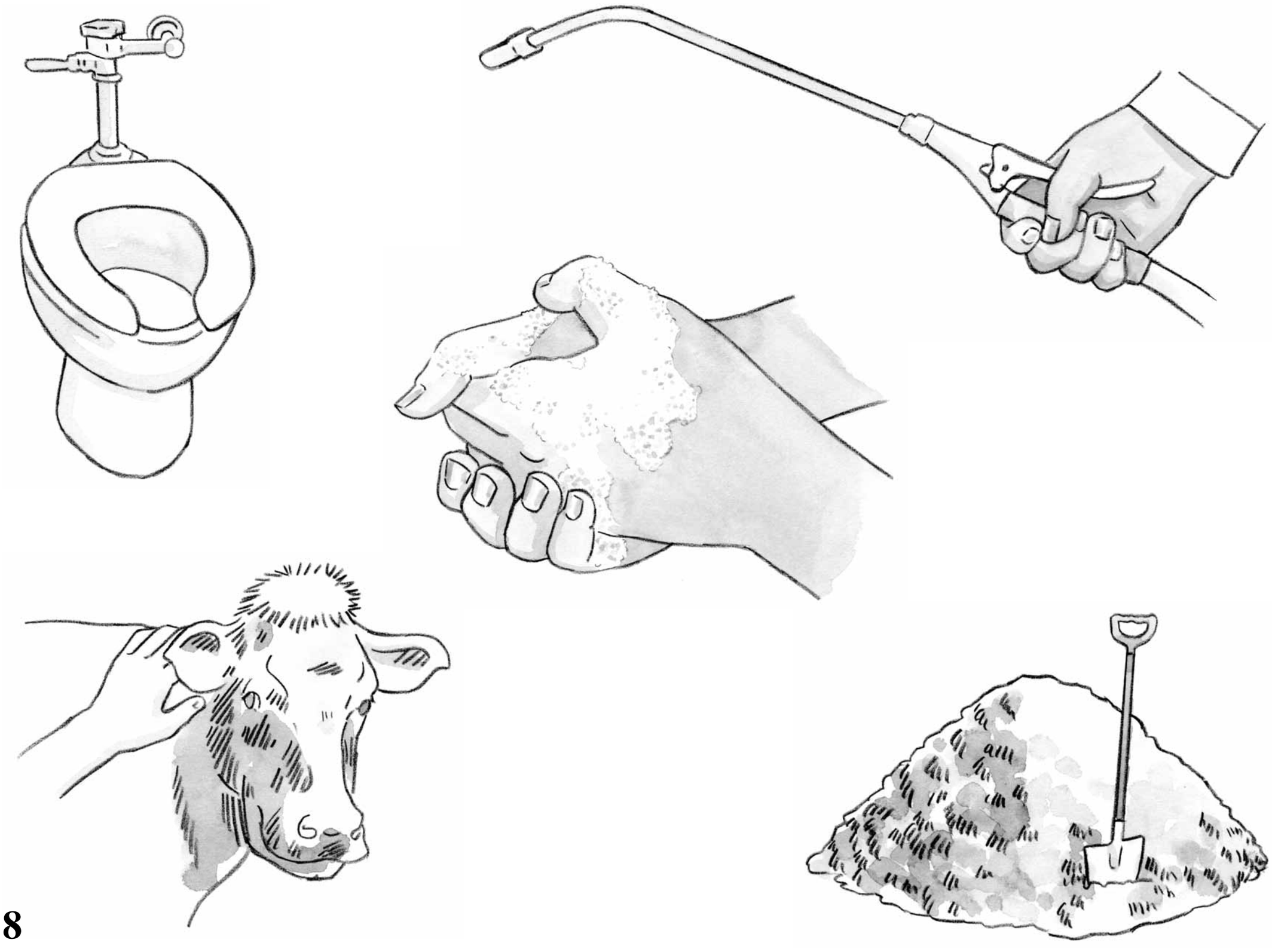
Ahora hablaremos de cuándo y cómo lavarse las manos. Sus manos son el instrumento más importante que usted utiliza en el trabajo. Porque sus manos tocan directamente el alimento, asegúrese de que no vayan a ser una fuente de contaminación. Por eso vamos a hablar de cuándo y cómo lavarse las manos.





Always wash your hands before you start picking and after every break—lunch breaks, smoke breaks, and, especially, bathroom breaks! It's also important to wash your hands after handling or applying pesticides, working with animals, or handling compost or manure.

Siempre lávese las manos antes de que usted comience a pizcar o cosechar el producto y después de cada descanso—comer, fumar y, especialmente, ¡después de ir al baño! Es importante también lavarse las manos después de manejar o aplicar pesticidas, trabajar con animales o haber trabajado con abono o estiércol.



Now let's talk about how to correctly wash hands. Here are the steps.

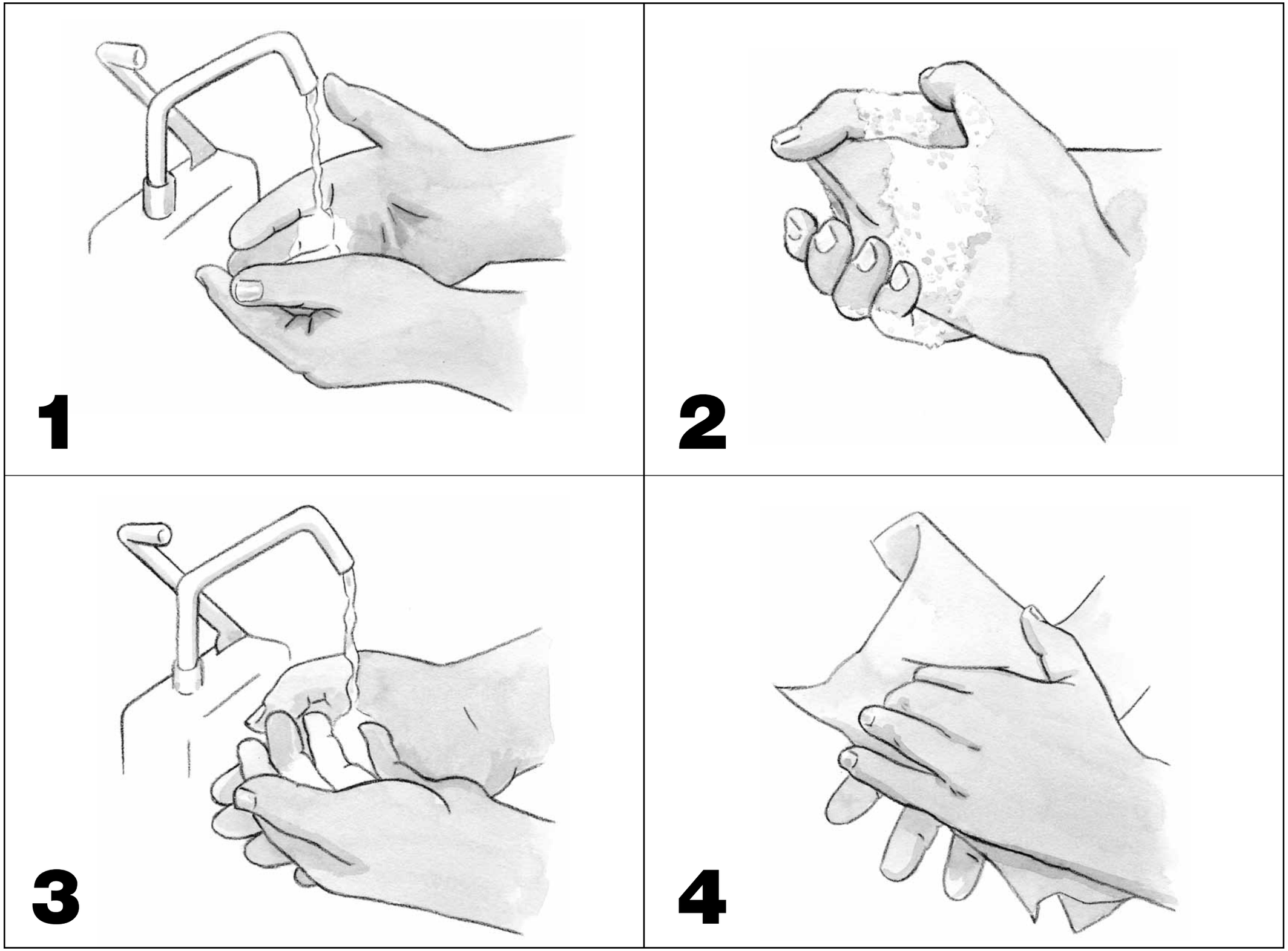
1. Wet your hands with water
2. Apply soap and scrub for about 10–15 seconds. Make sure you clean under your fingernails and between your fingers.
3. Rinse your hands—make sure all the soap comes off.
4. Dry your hands thoroughly. Use the disposable towels provided. Never share a towel with someone else or wipe your hands on your shirt or pants.

Are there any questions about when and how to wash your hands?

Ahora vamos a hablar de cómo lavarse las manos correctamente. Estos son los pasos:

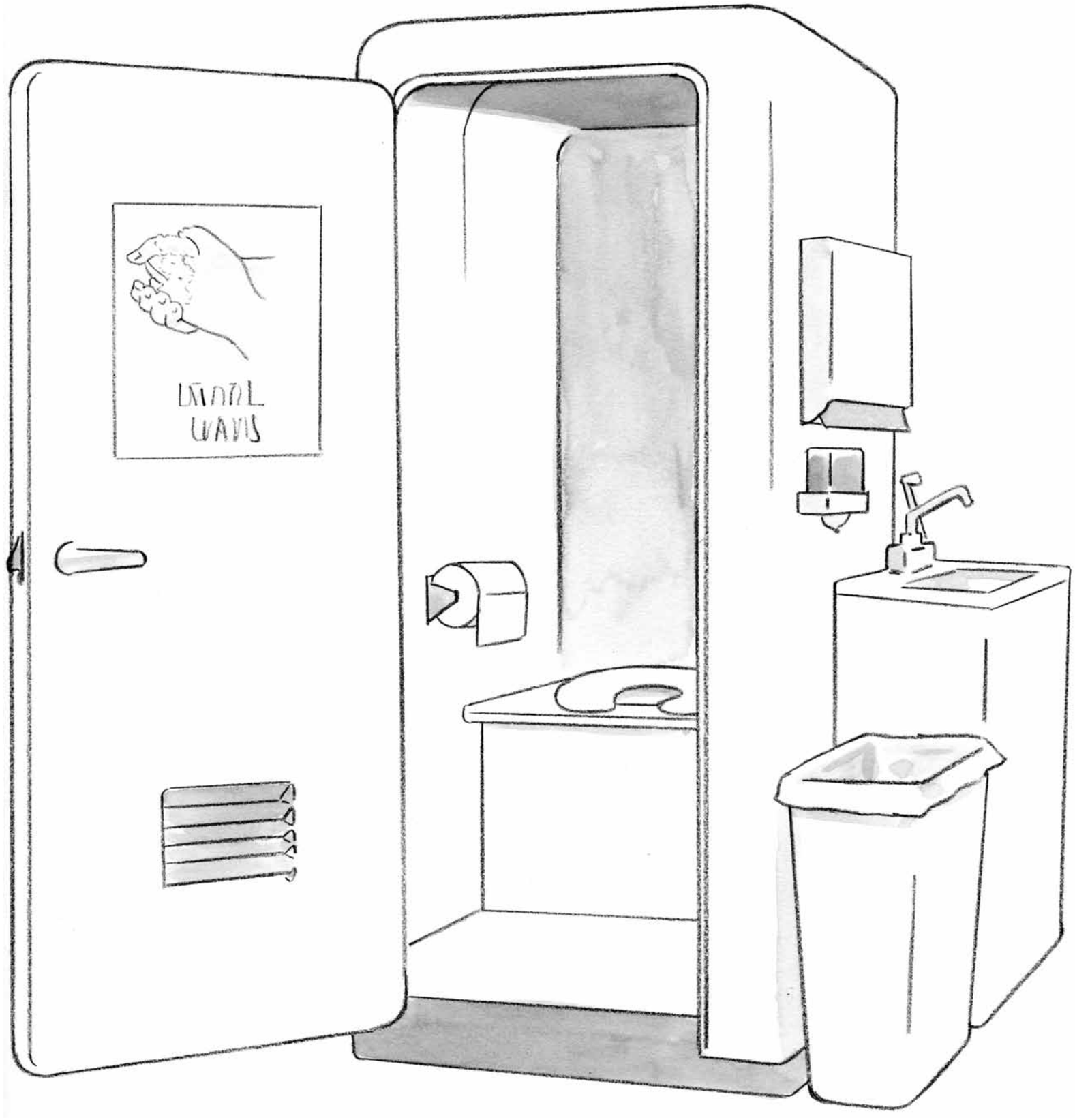
1. Mójese las con manos con agua.
2. Aplique jabón y tállese las manos entre 10 y 15 segundos. Asegúrese de que se limpia bajo las uñas y entre los dedos.
3. Enjuague las manos —asegúrese de que se quitó todo el jabón de las manos.
4. Séquese las manos por completo. Utilice las toallas desechables que están disponibles. Nunca comparta una toalla con otra persona ni se seque las manos en su camisa o pantalones.

¿Hay preguntas acerca de cuándo y cómo lavarse las manos?


1
2
3
4

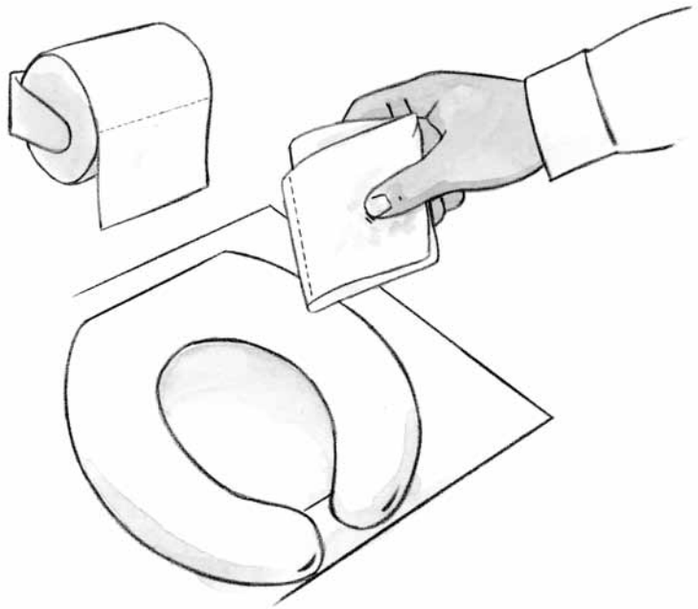
Next we'll talk about things you can do to prevent accidental product contamination. First, always use the toilet facilities provided. Never go in the field or orchard.

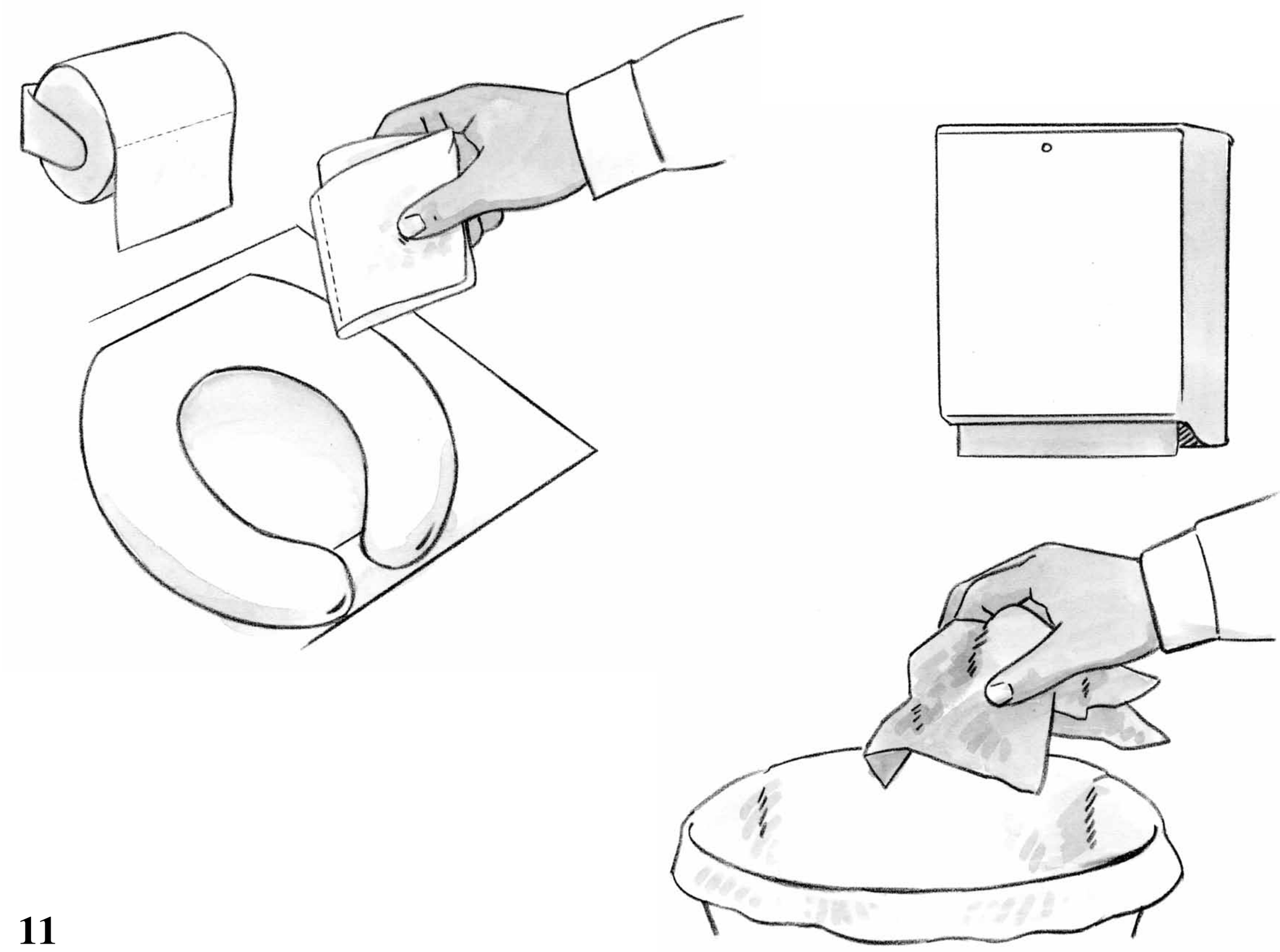
Ahora hablaremos de cosas que usted puede hacer para prevenir la contaminación accidental del producto. Primero que nada, siempre utilice los servicios sanitarios o baños que se proporcionan. Nunca haga sus necesidades en el campo o en el huerto.


WASH

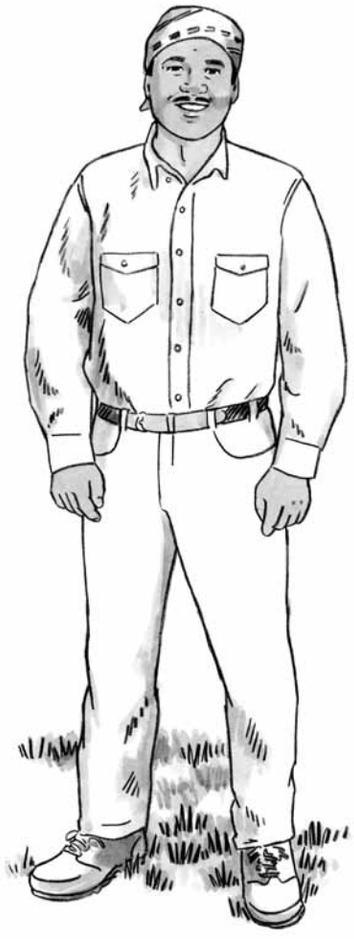
Use the toilet facilities correctly so they do not become sources of contamination. Make sure used toilet paper goes in the toilet—never on the floor or in the trash can. When you are done and have washed your hands, keep the area clean by putting your paper towel in the trash can.

Utilice los servicios sanitarios correctamente para que no se conviertan en fuentes de contaminación. Asegúrese de que el papel sanitario utilizado vaya al inodoro—nunca en el piso o en el bote o cesto de basura. Cuándo usted termine y se haya lavado las manos, mantenga el área limpia poniendo su toallita de papel en el bote de basura.

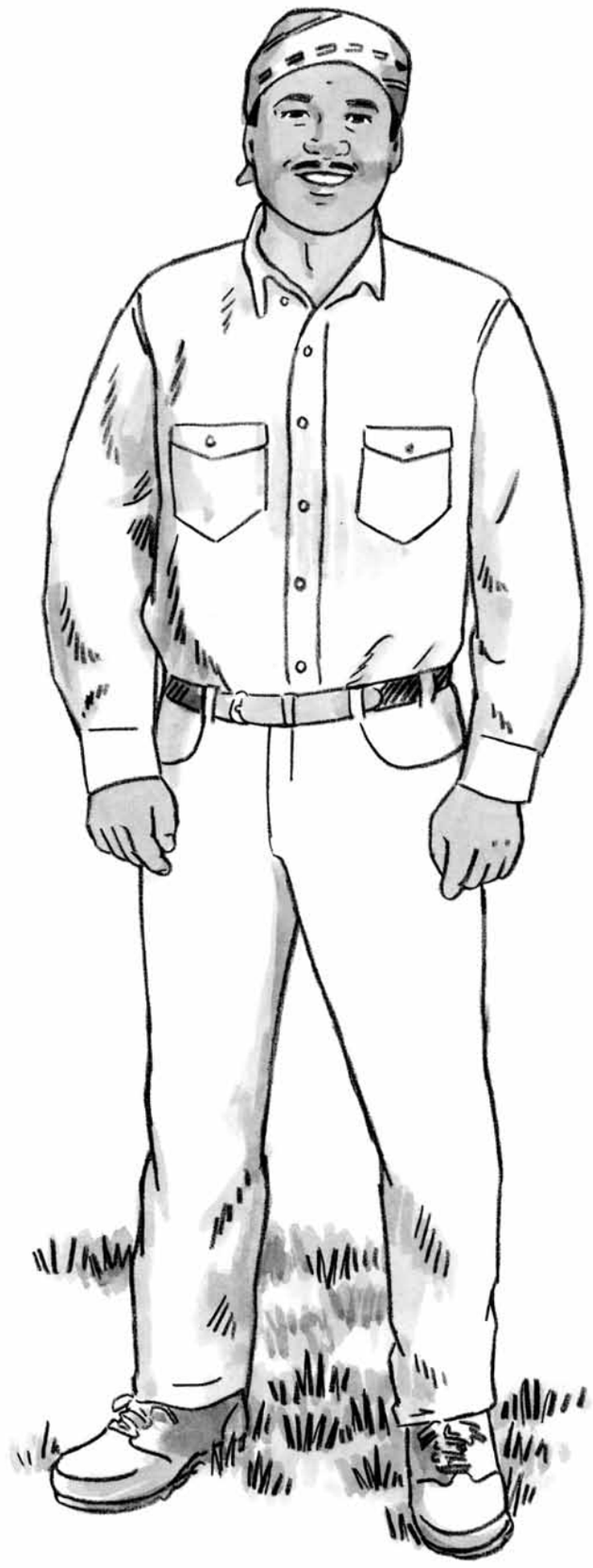




Don’t pick produce immediately after working in animal-holding areas or where manure is stored or composted. If your shoes or clothes become soiled, change them and wash your hands before entering growing areas. This worker is ready to start picking.



No pizque o coseche producto inmediatamente después de haber trabajado en áreas con animales o en donde se almacene el estiércol o se haga composta. Si sus zapatos o la ropa se han ensuciado, cámbieselos y lávese las manos antes de entrar a las áreas de cosecha. Este trabajador está listo para comenzar a pizcar producto.



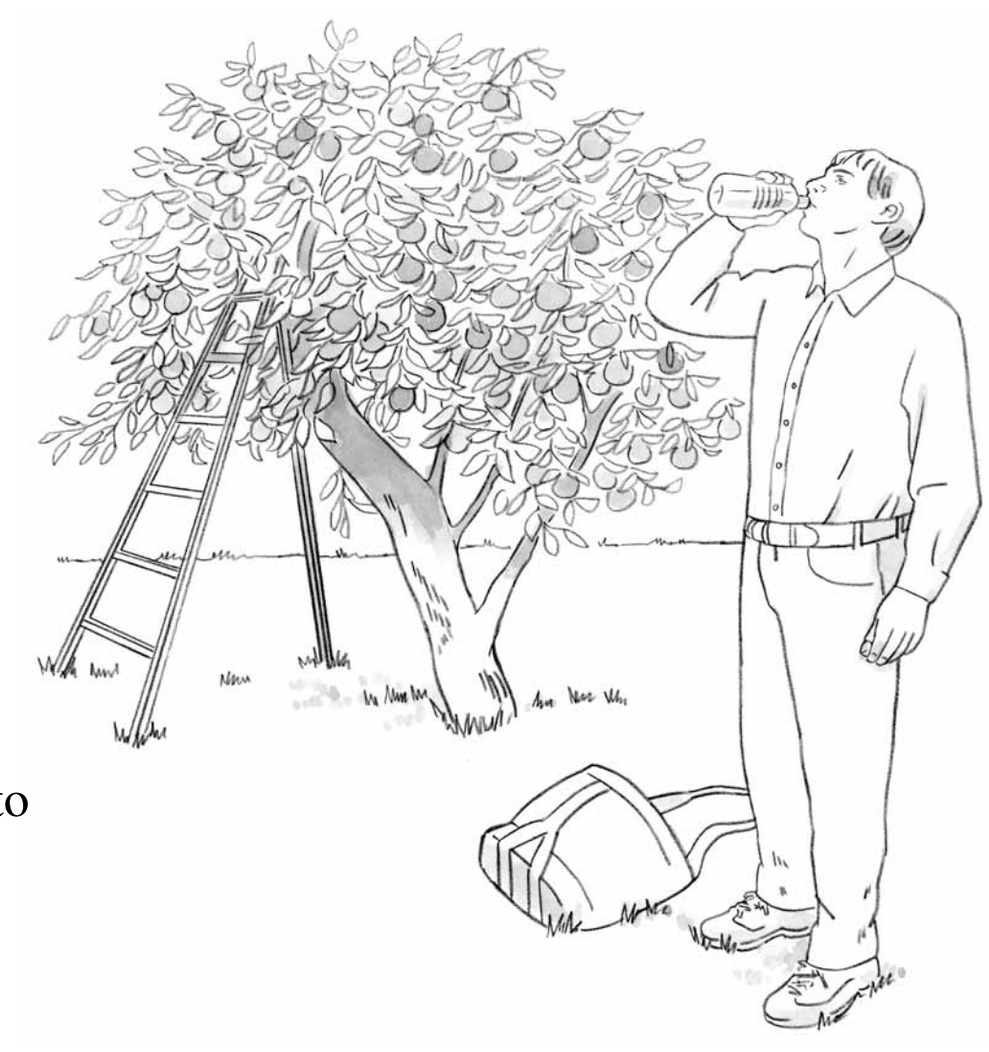
Loose rings, earrings, or chains could hurt someone if they fall into the product. Take them off before you start working. Better yet, leave them at home.

Anillos sueltos, aretes o cadenas podrían lastimar a alguien si caen en el producto. Quíteselos antes de que empiece a trabajar. O mejor aún: déjelos en su casa.

Do not eat or use tobacco in the field or orchard. When you are thirsty, go to the area where clean drinking water is provided. Never share cups or use a container that was previously used for chemicals. And, remember to wash your hands before returning to work.

No coma ni use tabaco en el campo o el huerto. Cuándo usted tenga sed vaya al área donde se provee agua potable limpia. Nunca comparta vasos ni utilice un contenedor que fue usado anteriormente para sustancias químicas. Y recuerde que debe lavarse las manos antes de regresar a trabajar.

You can take a water bottle into the field or orchard as long as it is clean and has a cap, and you do not spill it.



Usted puede llevar una cantimplora al campo o al huerto siempre que esté limpia, tenga una tapa y usted tenga cuidado para no derramarla.

Use the harvest containers provided for you. They should only be used to hold produce—never to carry chemicals, tools, food, or personal items. Never stand in a container or use one as a stool or chair.

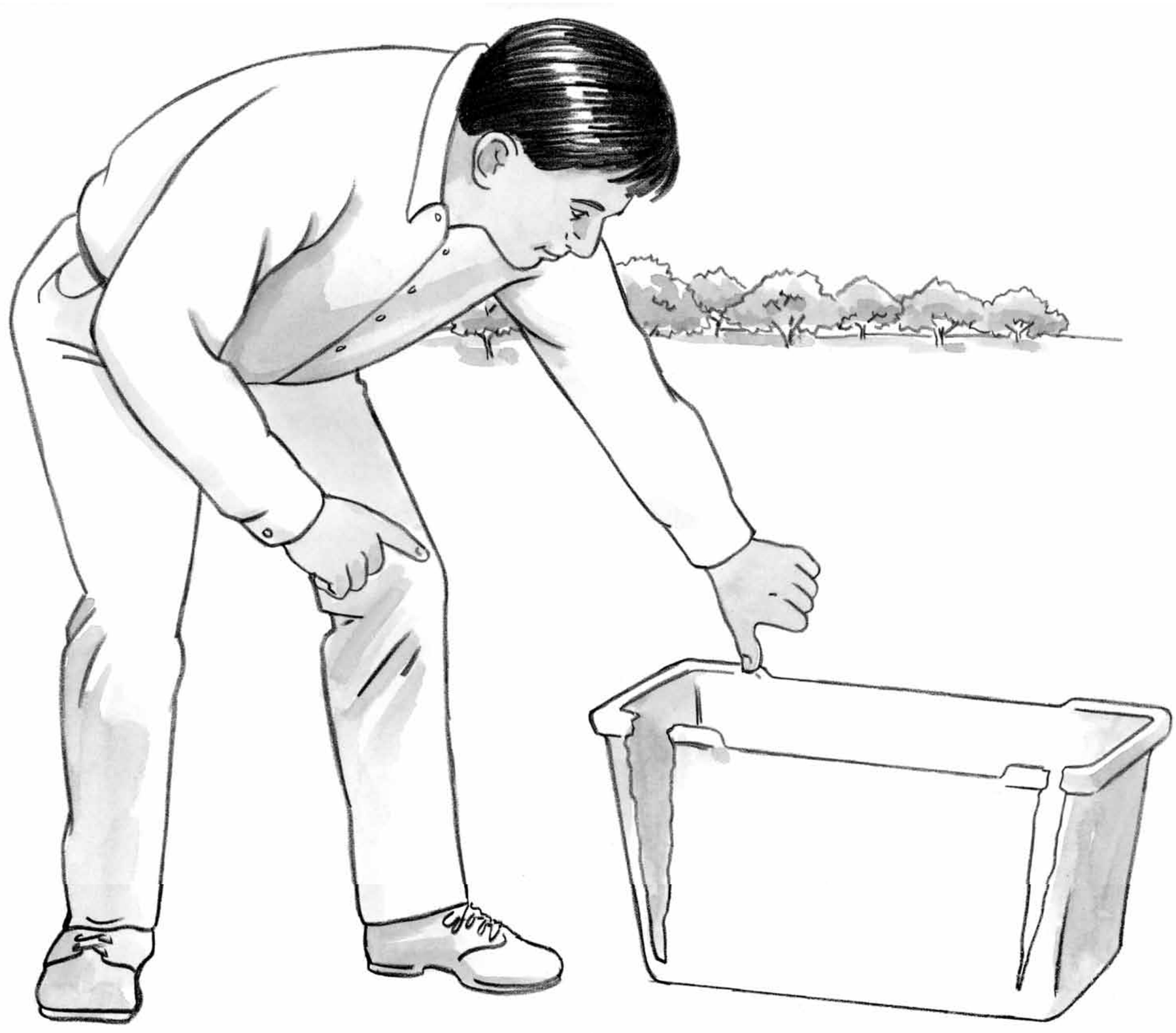
Utilice los contenedores o envases de cosecha que le proporcionen. Estos sólo deben ser utilizados para contener el producto, nunca para llevar sustancias químicas, herramientas, alimentos o artículos personales. Nunca se suba sobre un contenedor ni lo utilice como un taburete o silla.

Before using harvest containers, inspect them to make sure they are clean and in good shape. Do not use a container if it is heavily soiled. If you see splinters, cracks, or exposed nails that could hurt you or damage the product, get a new container and report the situation to your supervisor.

Are there any questions about how to prevent accidental contamination in production areas?

Antes de utilizar contenedores de cosecha, inspecciónelos para asegurarse de que están limpios y en buena forma. No utilice un contenedor si está muy sucio. Si usted ve astillas, grietas o clavos expuestos que podrían hacerle daño a usted o dañar el producto, obtenga un contenedor nuevo y notifíquele la situación a su supervisor.

¿Hay preguntas acerca de cómo prevenir la contaminación accidental en las áreas de producción?



We're just about done. Let's review some of the points we talked about.

1. Keep clean and healthy.
2. Wash your hands when they become soiled.
3. Use toilet facilities, equipment, and containers correctly to prevent contamination.
4. Report any instances of product contamination or conditions that may increase the risk of contamination.

Remember, by working together to keep our products safe, we are protecting the consumer and our jobs.

Does anyone have any questions?

Estamos casi por terminar, pero antes vamos a revisar algunos de los puntos de los que hablamos.

1. Manténgase limpio y sano.
2. Lávese las manos cuando se ensucien.
3. Use los servicios sanitarios, equipo y los contenedores correctamente para prevenir la contaminación.
4. Informe cualquier caso de contaminación del producto o condiciones que pueden aumentar el riesgo de contaminación.

Recuerde que trabajando juntos para mantener nuestros productos seguros estamos protegiendo al consumidor y a nuestros empleos.

¿Alguien tiene alguna pregunta?

Introduction

The Food Safety Field Training Kit is a tool you can use to keep the fresh fruits and vegetables you grow safe to eat. Use the kit to train agricultural workers in basic personal hygiene and food-handling practices that prevent contamination in the field and packing house. The concepts are based on established farm food safety principles described in the Food and Drug Administration's *Guide to Minimize Microbial Food Safety Hazards for Fresh Fruits and Vegetables.* They are an essential part of a farm food safety program. The sections below will help you understand the content and how best to present a training activity.

How to Use this Training Kit

The illustrations and messages contained in this kit are simple. The main concepts can be related to a wide variety of crops and growing methods. The kit can be used to train workers who speak Spanish. Each page has an illustration that covers a basic food safety topic. The text that corresponds to each illustration is on the back of the previous page so you can read the text while the group looks at the illustration. After you finish a page, flip the front page back toward you. The group will then see the next illustration and you will be ready to read the next message.

There are two ways to present a training session. You can hold the kit up as you flip through the pages. Or you can fold out the bottom and set it on a table top. Use what works best for your situation. Take your time as you read through the kit. Look up at your audience from time to time to be sure they are following you. The entire training session should take no more than 15 to 20 minutes.

Food Safety Topics Covered in this Kit

The kit is divided into three subject areas. To prevent contamination, workers who handle fresh produce must follow the food safety practices described in all three areas.

1. **Keeping clean and healthy.**

   In the first section, you will remind workers that wearing clean clothes and head coverings, such as a cap or bandana, helps keep sweat, hair, cosmetics, and skin medicines off fresh produce. Then, symptoms of diseases that can spread through food are briefly described. Workers are responsible for telling the field supervisor or crew chief if they are sick. But, it is the responsibility of owners and managers to send sick workers home or move them to another job that does not involve handling the crop. Since saliva and blood may contain germs, you will instruct workers to keep cuts and sores covered with a bandage and that no sneezing or coughing on food is allowed. It is important for workers to understand that any food product that has come into contact with saliva or blood should be thrown out.

2. **When and how to wash hands.**

   Regular and frequent handwashing is the most important step anyone can take to stop the spread of germs. This section teaches workers the importance of washing their hands after taking breaks, touching farm animals and pets, working in or around raw manure, or using dangerous chemicals. The critical importance of proper handwashing after using the toilet is emphasized. A step-by-step guide for the correct way to wash and dry hands is presented. Go over this section as many times as necessary to make sure that your workers understand the correct procedure. Changing handwashing behaviors is always a difficult task. To make it happen, owners and managers must be sure to provide an adequate number of conveniently located, maintained, and adequately supplied handwashing stations. Monitor your workers continuously for lapses in handwashing and provide regular reminders and retraining if necessary.

3. **Preventing accidental contamination.**

   In this section, the emphasis is on accidental contamination of produce and how to avoid it, starting with a sensitive but critically important issue. Workers have been known to use fields and orchards as their own personal toilet facilities. This is a serious concern to all growers since the resulting waste may contaminate the crop and it is very unlikely that the workers properly washed their hands afterward. This section makes it clear that this is not acceptable behavior. To keep this from happening, owners and managers must make sure that the number and location of sanitary units in the field meets government regulations and that they are actually used. Another key point is that used toilet paper must be flushed—not thrown on the floor or in a trash container. Other ways to prevent contamination are also presented. These include cleaning up after working in animal areas, leaving jewelry at home, and not sharing containers of drinking water. Finally, workers are instructed that harvest containers should be used to hold produce only—not personal items or chemicals.

The last page in the training kit summarizes the main learning points and provides a place for questions from the group.

When to Train Your Workers

Every worker who handles fresh produce should receive food safety training before the season starts. That includes family members who help out. Changing the way people do things is always difficult. If you see that some or all of your workers are not following good food safety practices, remind them of the importance of food safety to the success of your business, and their jobs. If necessary, conduct refresher training sessions later in the season to reinforce the concepts.

Tips for Making the Best Use of this Training Kit

1. Limit the number of workers in each training session to no more than 10 or 12. If you try to train too many people at once, they may not be able to see the illustrations or hear your voice.
2. Stand facing your audience and speak clearly and slowly. If anyone looks confused, ask if they understand the concept and read the text again if necessary.
3. Read all the text for each and every page. You can add your own comments about your product, growing practices, facilities, and any additional food safety policies you have after reading the text.
4. At the end of the training session, ask for questions. If a particular point is not clear, turn to the appropriate page and go over the material again.
5. Finally, what people see often means more than what they hear. When you make good food safety practices a habit, your workers will too.

Document Food Safety Training

If the people who buy your products require proof that you have provided Good Agricultural Practices training to your workers, make sure you document who was trained and when it occurred. Write the date and the names of people at the training session and have each worker sign the paper meaning they understand what you've said about safe food handling and agree to handle produce correctly. Keep this with your other important business records.

Prepared by Luke LaBorde, associate professor of food science, with assistance from Mary Jo Langston.

Translation provided by Carmen Borges, with assistance from Sergio Nieto-Montenegro.

Illustrations by Anni Matsick.

This project was supported in part by a grant from the Pennsylvania Department of Agriculture.

This publication is available in alternative media on request.

The Pennsylvania State University is committed to the policy that all persons shall have equal access to programs, facilities, admission, and employment without regard to personal characteristics not related to ability, performance, or qualifications as determined by University policy or by state or federal authorities. It is the policy of the University to maintain an academic and work environment free of discrimination, including harassment. The Pennsylvania State University prohibits discrimination and harassment against any person because of age, ancestry, color, disability or handicap, national origin, race, religious creed, sex, sexual orientation, gender identity, or veteran status. Discrimination or harassment against faculty, staff, or students will not be tolerated at The Pennsylvania State University. Direct all inquiries regarding the nondiscrimination policy to the Affirmative Action Director, The Pennsylvania State University, 328 Boucke Building, University Park, PA 16802-5901; Tel 814-865-4700/V, 814-863-1150/TTY.

© The Pennsylvania State University 2009

Produced by Ag Communications and Marketing 5C3/10mpc4914

Guía de Entrenamiento para la Seguridad de los Alimentos para Manejadores de Productos Frescos

La Guía de Entrenamiento de Seguridad de los Alimentos es un instrumento que usted puede utilizar para mantener las frutas y los vegetales que usted cultiva frescos y seguros para comer. Estas guías se han desarrollado para entrenar trabajadores agrícolas en las prácticas personales básicas de la higiene y manejo de alimentos que previenen la contaminación en el campo y la casa empacadora. Los conceptos están basados en principios establecidos de seguridad de alimento de granja descritos en el "Food and Drug Administration's *Guide to Minimize Microbial Food Safety Hazards for Fresh Fruits and Vegetables*" y son parte esencial de un programa de campo para la seguridad de los alimentos.

Las secciones abajo descritas lo ayudarán a comprender el contenido y como presentar mejor una actividad de entrenamiento.

Cómo Utilizar esta Guía de Entrenamiento

Las ilustraciones y los mensajes contenidos en estas instrucciones son sencillas para que los principales conceptos puedan ser relacionados a la gran variedad de cosechas y métodos de cultivo. Ya que el texto está traducido al español, puede ser utilizado para entrenar trabajadores que no hablan inglés. Cada página tiene una ilustración que cubre un tema básico de la seguridad de los alimentos. El texto que corresponde a cada ilustración está en el reverso de la página anterior así que usted puede leer el texto mientras el grupo mira la ilustración. Después de que usted termine una página, voltee el frente de la página hacia usted. El grupo entonces verá la próxima ilustración y usted estará listo para leer el próximo mensaje.

Hay dos maneras de presentar una sesión de entrenamiento. Usted puede agarrar las instrucciones hacia arriba mientras pasa las páginas. O usted puede doblar la parte de abajo y ponerlo encima de una mesa. Utilice lo que trabaje mejor para su situación. Tome su tiempo mientras usted lee las instrucciones. Mire a su audiencia de vez en cuando para estar seguro(a) que ellos le siguen. La sesión entera de entrenamiento debe tomar no más de 15 a 20 minutos.

Temas de Seguridad de alimentos Cubiertos en esta Guía

La guía está dividida en tres áreas de contenido. Para prevenir la contaminación, los trabajadores que manejan productos frescos deben seguir las prácticas de seguridad de alimentos descritas en todas las tres áreas.

1**. Manteniéndose limpio y saludable**. En la primera sección, usted le recordará a los trabajadores que usando ropa limpia y cubierta en la cabeza, como una gorra o pañuelo (bandana), ayudan a mantener el sudor, el pelo, los cosméticos, y medicinas de piel alejados del producto fresco. Entonces, los síntomas de enfermedades que pueden propagarse mediante los alimentos son descritos brevemente. Los trabajadores son responsables de decirle al supervisor de campo o al jefe del grupo si están enfermos. Pero es la responsabilidad de los dueños y directores de enviar a los trabajadores enfermos a su casa o moverlos a otro trabajo que no envuelva el manejo de la cosecha. Ya que la saliva y la sangre pueden contener microbios, usted instruirá a los trabajadores para que mantengan las heridas y los golpes cubiertos con una venda y que no está permitido estornudar ni toser en los alimentos. Es importante para los trabajadores comprender que cualquier producto alimenticio que haya tocado la saliva o la sangre debe ser desechado.

2. **Cuándo y cómo lavarse las manos**. El lavado de manos regular y frecuente es el paso más importante que cualquiera puede tomar para detener la propagación de microbios. Esta sección les enseña a los trabajadores la importancia de lavarse las manos después de tomar un receso, tocar los animales de la granja y animales favoritos o mascotas, trabajar en o alrededor de abono crudo, o utilizar sustancias químicas peligrosas.

Se enfatiza la importancia crítica de lavarse las manos apropiadamente después de utilizar los servicios sanitarios. Se presenta una guía de paso por paso a seguir para la manera correcta de lavar y secar las manos. Repase esta sección cuantas veces sea necesario para asegurarse de que sus trabajadores comprenden el procedimiento correcto. El cambio de conducta en el lavado de manos es siempre una tarea difícil. Para hacerlo posible, los dueños y los jefes deben estar seguros de proporcionar un número adecuado de estaciones de lavabos, convenientemente situados y mantenidos adecuadamente. Vigile a sus trabajadores continuamente para lapsos en el lavado de manos y proporcione recordatorios regularmente y reentrene si fuese necesario.

3. **Previniendo la contaminación accidental**. En esta sección, el énfasis está en la contaminación accidental del producto y cómo evitarla, comenzando con un asunto delicado pero crucial. Es sabido que los trabajadores utilizan campos y huertos como sus propios servicios sanitarios. Esta es una grave preocupación para todos los cultivadores ya que el desecho resultante puede contaminar la cosecha y es muy improbable que los trabajadores se hayan lavado las manos después apropiadamente. Esta sección hace claro que esta no es una conducta aceptable. Para que esto no suceda, los dueños y los jefes deben asegurarse de que el número y la ubicación de unidades sanitarias en el campo se conformen a las regulaciones del gobierno y que estas sean realmente utilizadas. Otro punto clave es que el papel sanitario utilizado de debe ser desechado en el inodoro —no tirado en el piso ni en un cubo de basura. Otras maneras de prevenir la contaminación son también presentadas. Estas incluyen limpiar después de trabajar en áreas de animales, dejar las joyas (prendas) en casa, y no compartir envases de agua de tomar. Por último, los trabajadores son instruidos para que los contenedores de la cosecha deban ser utilizados para contener el producto solamente— no para artículos personales o sustancias químicas.

La última página en la guía de entrenamiento resume los principales puntos de aprendizaje y proporciona un lugar para las preguntas del grupo.

Cuándo Entrenar Sus Trabajadores

Cada trabajador que maneja productos frescos debe recibir entrenamiento sobre la seguridad de los alimentos antes del comienzo de la temporada. Eso incluye a los miembros de la familia que ayudan. Cambiar la manera en que las personas hacen las cosas es siempre difícil. Si usted ve que algunos o todos sus trabajadores no siguen las buenas prácticas de la seguridad de alimentos, recuérdenle la importancia que tiene la seguridad de los alimentos para el éxito de su negocio y de sus empleos. Si fuese necesario, lleve a cabo sesiones de repaso de entrenamiento durante la temporada para reforzar los conceptos.

Recomendaciones para Hacer el Mejor Uso de este Entrenamiento

1. Limite el número de trabajadores en cada sesión de entrenamiento a no más de 10 o 12. Si usted trata de entrenar demasiadas personas a la vez, ellos no podrán ver las ilustraciones ni oír su voz.

2. Párese frente a su audiencia y hable clara y lentamente. Si cualquiera parece confuso, pregunte si ellos comprenden el concepto y lea el texto otra vez si fuese necesario.

3. Lea todo el texto de cada una y todas las páginas. Usted puede agregar sus propios comentarios acerca de su producto, las prácticas de cosecha, las facilidades, y políticas adicionales de la seguridad de alimentos que usted tiene después de leer el texto.

4. Al final de la sesión de entrenamiento, pregunte si hay preguntas. Si un punto en particular no esta claro, vaya a la página apropiada y repase la materia otra vez.

5. Por último, a menudo lo que las personas ven significa más que lo que ellos oyen. Cuándo usted hace un hábito de la buena práctica de seguridad de los alimentos, sus trabajadores también lo harán.

Documente el Entrenamiento de Seguridad de los Alimentos

Si las personas que compran sus productos requieren prueba de que usted ha proporcionado entrenamiento a sus trabajadores en las Buenas Prácticas Agrícolas, esté seguro de documentar quién fue entrenado y cuando ocurrió. Escriba la fecha y los nombres de las personas en la sesión de entrenamiento y haga que cada trabajador firme el papel que dice que ellos comprenden lo que usted ha dicho acerca del manejo seguro de alimentos y que están de acuerdo en manejar el producto correctamente. Mantenga esto con sus otros registros importantes del negocio.

Preparado por Luke LaBorde, profesor asociado de ciencia de los alimentos, con la asistencia de Mary Jo Langston.

Traducido por Carmen Borges con la asistencia de Sergio Nieto-Montenegro.

Ilustraciones de Anni Matsick.

Una parte de este proyecto fue hecho gracias al apoyo financiero del Departamento de Agricultura de Pennsylvania.

Si lo solicita, esta publicación está disponible en otros medios de comunicación.

La Universidad del Estado de Pennsylvania (Penn State) se subscribe al acuerdo de que todas las personas deben de tener el mismo acceso a programas, facilidades, admisión, y empleo sin distinción de características personales no relacionadas a la habilidad, al rendimiento o a las aptitudes según reglamento de la universidad y de las leyes estatales y federales. La Universidad de Penn State no discrimina contra ninguna persona por razones de edad, ascendencia, color, incapacidad o impedimento físico o mental, origen nacional, raza, credo religioso, sexo, orientación sexual, o condición de veterano. Dirija sus quejas o sus preguntas sobre la Acción Afirmativa al Director de la oficina de Affirmative Action, The Pennsylvania State University, 328 Boucke Building, University Park, PA 16802-5901; teléfono (814) 865-4700/V, (814)863-1150/TTY.

Producido por Ag Communications and Marketing

© The Pennsylvania State University 2009