

Covid 19 : Eviter les intoxications alimentaires



ANSES 8 avril 2020



Je me lave souvent les mains avec de l'eau et du savon.

Avant de cuisiner.



Je nettoie les fruits et les légumes à l'eau froide.



J'utilise des lingettes désinfectantes ou de l'essuie tout avec de l'alcool à 70 %.



Je nettoie les instruments de cuisine.
Je nettoie l'endroit où je prépare les repas.



Je nettoie le réfrigérateur quand il est sale.



Je nettoie souvent la poubelle avec de l'eau et de l'alcool à 70 %



Je jette la lingette désinfectante ou l'essuie-tout à la poubelle.



J'ai une planche à découper pour les légumes.
Une autre pour la viande et le poisson.

Je conserve mes aliments dans le réfrigérateur.



Je retire les emballages inutiles des aliments.



Je respecte la date de consommation des aliments.



Je range les aliments frais.
Mon réfrigérateur est à 4°.



Je range la viande et le poisson dans l'endroit le plus froid du réfrigérateur.



Je range les aliments cuits sur une étagère.



Je range les aliments frais sur une autre étagère.



Je range les restes de repas dans une boîte.



J'ai acheté un plat préparé.
Je le range au réfrigérateur.
Je le mange dans les 3 jours.

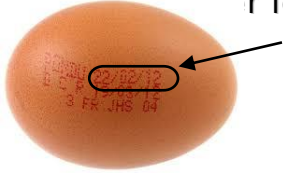


Je décongèle les aliments dans le réfrigérateur.
Je mange les aliments décongelés dans les 3 jours maximum.
Je ne mets pas les aliments une deuxième fois dans le congélateur.



Je mange des œufs.

Je garde les œufs 28 jours après la date écrite sur l'œuf.



Je garde les œufs toujours à la même température .



Je ne lave pas les œufs.



Je ne mange pas les œufs cassés.