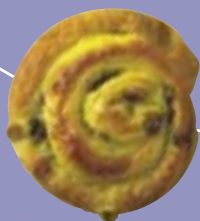


La sécurité alimentaire

l'affaire de tous!



Editeur responsable : Piet Vanthemsche
Agence fédérale pour la Sécurité de la Chaîne alimentaire
Boulevard Simon Bolivar 30
1000 Bruxelles

Une question sur la sécurité alimentaire ?
Une plainte sur la qualité ?
Adressez-vous au Point de Contact !



Point de Contact

0800 13 550
pointdecontact@afsca.be



La sécurité alimentaire: l'affaire de tous!

Le dernier maillon de la chaîne alimentaire...

c'est vous!

Et vous aussi avez votre rôle à jouer lorsqu'il s'agit de sécurité alimentaire...

Il vous est peut-être déjà arrivé de vous sentir très moche après une petite soirée passée à banqueter. Maux de ventre, nausées, ...

Et le diagnostic est: **une intoxication alimentaire!**

Nous pouvons supposer que les producteurs actifs dans la chaîne alimentaire font (généralement) tout ce qu'il faut pour mettre sur le marché des produits de qualité (et l'Agence alimentaire doit y veiller de par ses contrôles).

Comment dès lors avez-vous pu attraper cette intoxication alimentaire ?

Souvent, c'est la négligence du consommateur qui s'avère en être la cause.

Bien des problèmes peuvent être évités si, en tant que dernier maillon de la chaîne alimentaire, nous prenons à cœur un certain nombre de règles simples en matière d'hygiène.

Le présent folder en donne un aperçu. Ce que vous pouvez faire pour assurer la sécurité alimentaire. Ou ce que vous feriez mieux de ne pas faire...

Finalement, une règle d'or. Si vous doutez de la qualité ou de la fraîcheur d'un produit, ne le mangez pas. Le risque n'en vaut pas la chandelle.

N'hésitez pas à demander conseil auprès du point de contact de l'Agence alimentaire.



Au magasin : achetez avec conscience

- N'achetez pas de denrées alimentaires dont **l'emballage** est ouvert, déformé ou abîmé.
- Faites attention à **la fraîcheur** de ce que vous achetez. Pour les denrées alimentaires emballées, vérifiez la date de péremption : la date limite de consommation : «A consommer jusqu'au...», ou la date de durabilité minimale : «A consommer de préférence avant le...».

Sur les denrées très périssables, le législateur exige la mention de **la date limite de consommation** («A consommer jusqu'au ...»). Les denrées très périssables sont notamment le poisson frais, la viande crue ou moulue telle que le hachis, les plats préparés, les légumes précoupés, etc. Ces produits ont une durée de conservation limitée. La date limite de consommation indique de manière précise la fin de la période durant laquelle le producteur garantit la qualité du produit. Cela signifie dans la pratique que pendant cette période, vous pouvez manger le produit en toute sécurité, moyennant bien-sûr des conditions de conservation adéquates.

Sur les denrées alimentaires supportant d'être conservées plus longtemps, on trouve **une date de durabilité minimale**, qui peut être indiquée de deux manières :

- soit par la mention «A consommer de préférence avant le...», suivie de la date en jour, mois et année;
- soit par «A consommer de préférence avant fin...», suivie de la date en mois et année.

La date de durabilité minimale ne doit cependant pas toujours être indiquée en jour, mois, année.

- Pour les denrées qui se conservent moins de 3 mois, l'indication du jour et du mois suffit.
- Pour les denrées alimentaires qui se conservent entre 3 et 18 mois, l'indication du mois et de l'année suffit.

- Pour les produits qui se conservent plus de 18 mois, l'indication de l'année suffit.

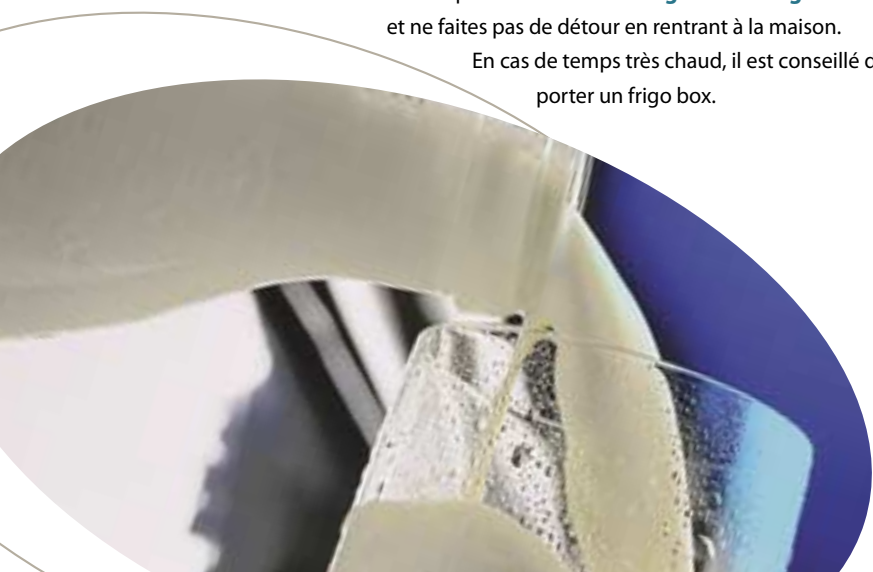
La date de durabilité est une indication du producteur. Elle fait le lien avec les conditions de conservation à tous les maillons de la chaîne alimentaire, du producteur au consommateur (pendant et après l'achat) en passant par tous les intermédiaires (grossistes, transporteurs, commerçants). Pendant le délai mentionné, le producteur garantit la qualité de son produit, pour autant que les conditions de conservation mentionnées sur l'étiquette soient respectées. Lisez-les donc également, et respectez-les!

Attention !

L'emballage ouvert, la garantie disparaît. Le produit alimentaire redevient, en effet, un produit périssable, et la date indiquée n'est plus valable. Par exemple: le lait UHT peut être conservé pendant des mois à température ambiante, mais une fois le carton ouvert, il doit être placé dans le frigo et consommé dans les 48 heures. Une viande surgelée peut être conservée au congélateur à -18°C , mais retirée du congélateur, elle doit être dégelée dans le frigo et cuisinée dans les 24 heures.

- Terminez vos achats par **les aliments réfrigérés** ou **surgelés** et ne faites pas de détour en rentrant à la maison.

En cas de temps très chaud, il est conseillé d'emporter un frigo box.



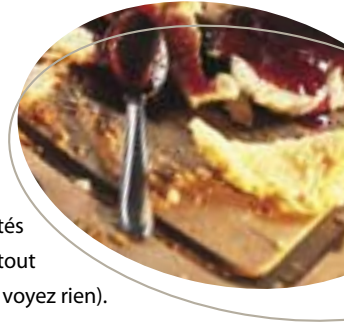
A la maison: respectez la chaîne du froid!

- Placez immédiatement **les produits congelés** dans le congélateur si vous ne les utilisez pas directement.
- Conservez **les denrées périssables** (légumes, poisson frais, viandes fraîches, œufs) dans le frigo. N'attendez pas trop longtemps avant de les consommer: elles ne se conservent qu'un temps limité.
- Faites **dégeler les aliments** dans le réfrigérateur ou utilisez un four à micro-ondes si vous voulez les dégeler plus vite. Si vous le faites à température ambiante, vous risquez de laisser des bactéries et d'autres micro-organismes dangereux (qui sont toujours présents en très faible quantité) se développer. Cela peut aller très vite surtout lorsqu'il fait chaud.
- Ne recongelez jamais **un produit dégelé**! Des micro-organismes dangereux peuvent s'être développés entre-temps, et ils ne sont pas systématiquement neutralisés dans le congélateur.
- Contrôlez régulièrement **la température** de votre frigo (elle doit se situer entre +1 et +5° C) et de votre congélateur (sous -18°C). Vérifiez aussi régulièrement ces appareils: le dépôt de glace diminue, en effet, la capacité de congélation de telle sorte que les températures idéales sont plus difficiles à atteindre (et vous consommez également plus d'électricité).



Dans la cuisine: la propreté avant tout!

- **Lavez-vous les mains** avant toute manipulation de denrées alimentaires, après avoir touché des aliments crus et également après avoir caressé votre animal domestique. Et naturellement après chaque passage aux toilettes ainsi qu'après vous être mouché. Cela semble évident, mais on l'oublie trop souvent.
- Nettoyez **les ustensiles de cuisine** et les plans de travail à l'eau suffisamment chaude et au savon.
- N'utilisez pas trop longtemps les mêmes **essuies de vaisselle, lavettes et éponges**. De grandes quantités d'organismes dangereux peuvent s'y développer, surtout lorsqu'il fait chaud (même si, à première vue, vous ne voyez rien). Lavez-les régulièrement et renouvelez-les.
- N'oubliez pas de laver votre **réfrigérateur**, de préférence tous les mois avec des produits de nettoyage sans odeur.
- **Évitez tout contact entre les aliments crus et les aliments cuits ou prêts à manger.**
Des micro-organismes peuvent facilement passer des aliments crus aux aliments préparés. Il faut prendre ceci au sens large: n'utilisez par exemple pas la même planche à découper pour nettoyer des légumes pour une salade fraîche sur laquelle vous avez déposé du rosbif frais (à moins que vous ne l'ayez d'abord lavée à fond, naturellement).
- **Préparez les repas correctement.**
Suivez les instructions de préparation de l'étiquetage pour ce qui concerne les temps et températures. Réchauffez toujours suffisamment les restes (faites-les cuire à fond).





A table: chaud ou froid, gardez la température!

Un bon dîner...!

Ou peut-être que vous organisez un buffet pour votre famille ou des amis? Là aussi, quelques conseils sont à suivre.

- Veillez à ce que les denrées périssables ne restent pas plus de 2 heures dans la plage de **températures «dangereuses»** (entre +5°C et +65°C). Si vous comptez réutiliser les restes, placez-les alors au plus vite dans le frigo. En cas de chaleur, deux heures sont déjà de trop.
- Pour les plats chauds, **préparez les aliments rapidement et faites-les cuire à fond**. Maintenez-les chauds en utilisant si nécessaire des chauffe-plats. Pour les plats froids, maintenez-les aussi longtemps que possible au frigo. Lors d'un buffet, placez-les si possible sur de la glace concassée.
- **N'ajoutez aucun aliment frais aux aliments** qui sont restés à température ambiante plus de deux heures.
- Un **buffet froid**? Retirez les plats du buffet après deux heures. Il est déconseillé d'utiliser les restes.



En route: (un voyage, un pique-nique, ...)

Vous voyagez en voiture? En emportant un casse-croûte préparé à la maison avant de partir? Bien, mais alors prenez quelques précautions d'usage. Certes, cela dépend en grande partie de la durée du trajet. Cependant, notre préoccupation principale reste de limiter autant que possible la multiplication des bactéries, et d'éviter la dégradation des aliments.

- Le transport de denrées alimentaires durables dans leur **emballage original** a la préférence, surtout pour les longs trajets, vu leur assez longue durée de conservation et la stérilité de l'emballage.
- **Un long trajet en voiture** en perspective? Evitez alors autant que possible de transporter des aliments frais.
- Songez-y: **certains aliments** ou **médicaments** doivent être **conservés à basse température!**
- N'exposez **jamais** des denrées alimentaires **à la lumière directe du soleil** (lunette arrière de la voiture...), mais utilisez le coffre.





- Utilisez un **frigo box**. Refroidissez, à l'avance, les produits frais à fond, placez-les dans le fond de la cellule réfrigérante et les éléments réfrigérants par-dessus. Plus vous transportez d'aliments, plus vous aurez besoin d'éléments frigorifiques.
- Respectez comme toujours **la date limite de consommation** des produits frais. Les emballages ouverts sont à conserver au maximum 2 jours, et même 1 seul jour si vous faites un long trajet.
- **Contrôlez vos denrées alimentaires dès votre arrivée à destination**. Jetez-les sans hésitation si vous avez le moindre doute quant à leur état de fraîcheur. Il est vivement déconseillé de réutiliser les restes du pique-nique.
- **Ouvrez le frigo box le moins possible**. Et ne le maintenez pas trop longtemps ouvert. Le mot d'ordre est: directement remettre le couvercle.



**Mangez sainement et conservez convenablement vos aliments.
La négligence peut avoir des conséquences désagréables.
Mais en faisant un peu attention,
vous pouvez éviter bien des désagréments...**

La sécurité alimentaire

à chacun ses responsabilités



La sécurité alimentaire
l'affaire de tous !



L'Agence alimentaire

WTC III

Boulevard Simon Bolivar 30

1000 Bruxelles

Tél.: 02 208 34 11

Fax: 02 208 33 37

e-mail: info@afsca.be

www.afsca.be