



ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΡΟΦΙΜΩΝ



Η ασφάλεια των τροφίμων που καταναλώνουμε επηρεάζεται άμεσα και σε μεγάλο βαθμό από την διαχείριση των τροφίμων από εμάς τους ίδιους.

Το Υγειονομικό Τμήμα του Δήμου Αγίου Αθανασίου στα πλαίσια επιμόρφωσης των δημοτών παραθέτει πιο κάτω προληπτικούς τρόπους και γενικές πληροφορίες με τα οποία διασφαλίζεται η υγιεινή των τροφίμων.

- **Τήρηση των κανόνων υγιεινής κατά τον χειρισμό των τροφίμων**
 1. Καλό πλύσιμο των χεριών πριν και μετά την χρήση τροφίμων.
 2. Καλό πλύσιμο αντικειμένων που χρησιμοποιούνται στην επεξεργασία των τροφίμων (ξύλα κοπής, μαχαίρια, πιρούνια κτλ....)
 3. Αποφυγή χειρισμού τροφίμων όταν είμαστε άρρωστοι.
 4. ΠΡΟΣΟΧΗ στην χρήση αυγών, πουλερικών και γενικά ωμού κρέατος.
 5. Μην ξεχνάτε ποτέ να πλένετε τα χέρια σας μετά από μια επίσκεψη στην τουαλέτα.
- **Σωστός τρόπος μαγειρέματος του κρέατος**
 1. Ζεστή Διατήρηση τροφίμων $>63^{\circ}\text{C}$
 2. Ψήσιμο –μαγείρεμα $>75^{\circ}\text{C}$
- **Σωστή θερμοκρασία διατήρησης και φύλαξη τροφίμων εντός του ψυγείου.**
 1. Θερμοκρασία φύλαξης τροφίμων εντός του ψυγείου ($0-5^{\circ}\text{C}$)
 2. **Ωμά τρόφιμα** τοποθετούνται **ΠΑΝΤΟΤΕ** στο χαμηλότερο σημείου του ψυγείου για αποφυγή επιμόλυνσης (ζουμιά, μικρόβια).
 3. Δεν τοποθετούμαι **ΠΟΤΕ** ζεστά τρόφιμα στο ψυγείο για τον λόγο ότι μειώνεται η θερμοκρασία των υπολοίπων με αποτέλεσμα να δημιουργείται κίνδυνος αλλοίωσης τους
- **Ημερομηνίες λήξης τροφίμων**
 1. Ελέγχουμε πάντοτε την ημερομηνία λήξεως των προϊόντων πριν την αγορά τους.
 2. Ελέγχουμε την ημερομηνία λήξης των προϊόντων τα οποία βρίσκονται σε προσφορές.
 3. Η αλλοίωση των προϊόντων μπορεί να προκύψει και πριν την ημερομηνία λήξης του προϊόντος λόγω λανθασμένης διαχείρισης του.
- **Γενικές πληροφορίες**
 1. Δεν αγοράζουμε ποτέ κτυπημένες ή αλλοιωμένες συσκευασίες (ιδιαίτερα κονσέρβες).
 2. Η φύλαξη των τροφίμων εντός ψυγείου/κατάψυξης δεν σκοτώνει τα μικρόβια.
 3. ΠΡΕΠΕΙ πάντοτε να υπάρχει σήμανση στα ΕΛΛΗΝΙΚΑ επάνω στα τρόφιμα τα οποία να αναφέρουν την σύσταση του – Επίσης εάν υπάρχουν αλλεργιογόνες ουσίες πρέπει να αναφέρονται. Σχετικός κατάλογος αλλεργιογόνων ουσιών υπάρχει στην ιστοσελίδα του Δήμου Αγίου Αθανασίου.