

# POUR UN CAMP SANS SOUCI ALIMENTAIRE !

Quelques recommandations  
pour éviter des  
désagréments  
alimentaires



Agence fédérale  
pour la Sécurité  
de la Chaîne alimentaire

**POUR UN  
CAMP SANS  
SOUCI  
ALIMENTAIRE !**



# **"ON A FAIM ! ON A FAIM !"**

**Voilà trois mots souvent entendus dans les camps de jeunesse. Le petit déjeuner, le dîner et le souper sont d'une importance capitale pour recharger ses batteries.**

**Ce dépliant vous donne à vous, responsables et cuistots, des conseils pour l'organisation, en toute sécurité alimentaire, de votre week-end, camp ou fête.**



Agence fédérale  
pour la Sécurité  
de la Chaîne alimentaire



**CES QUELQUES  
RECOMMANDATIONS  
VOUS EVITERONT BIEN  
DES DESAGREMENTS  
ALIMENTAIRES**



# HYGIENE PERSONNELLE

- Lavez-vous toujours les mains soigneusement avant de commencer à manipuler des aliments. Et certainement après avoir été aux toilettes.
- Pendant la préparation des repas, portez des vêtements propres, attachez les cheveux longs et ôtez les bijoux de vos mains.
- Si vous êtes malade (état grippal, diarrhée, vomissements), ne participez pas à la préparation des repas.
- Les blessures sur les mains et les avant-bras doivent être recouvertes d'un pansement.

# ACHATS ET LIVRAISONS

- Contrôlez la date de conservation des produits. Vérifiez leur température : jetez un coup d'œil au thermomètre du frigo de votre supermarché.
- Faites attention à ce que l'emballage ne soit pas abîmé. Si l'emballage est abîmé, il ne protège plus l'aliment et la date limite de consommation n'est plus valable.
- Une fois achetés, les produits périssables (viande, poisson, haché, volaille...) doivent être placés le plus rapidement possible au frigo. Veillez à ce que la température ne soit pas trop élevée durant le transport. Utilisez de préférence des glacières ou des sacs isothermes.

# CONSERVATION ET STOCKAGE

- Faites en sorte que les souris et autres animaux indésirables n'accèdent pas à vos stocks (p.ex. locaux ou bacs fermés)
- Ne conservez pas les aliments à même le sol.
- Vérifiez tous les jours la température de vos frigos et congélateurs au moyen d'un thermomètre (voir tableau des températures de conservation). Prenez immédiatement des mesures si la température est trop élevée.
- Si vous n'avez pas de frigo, utilisez des produits moins périssables. Par exemple des boîtes de conserve de thon, des légumes frais, des bocaux de sauce spaghetti, du salami, du fromage fondu, de la confiture, ...
- En d'autres termes, des produits qui peuvent être conservés à température ambiante.
- Ne conservez pas plus d'un jour le poisson frais ou la viande fraîche sur lesquels aucune date limite de consommation n'est mentionnée.
- Conservez les produits crus et les produits non lavés à l'écart des produits préparés.
- Recouvrez le mieux possible tous les produits préparés dans votre frigo.
- Une boîte de conserve ouverte doit être utilisée de préférence entièrement.
- Les restes doivent être transvasés dans un récipient propre que vous placez au frigo.

Tableau des températures de conservation conseillées

<b>Fruits et légumes préparés</b>	<b>7°C</b>
<b>Viande</b>	<b>max. 7°C</b>
<b>Volaille, haché et poisson</b>	<b>max. 4°C</b>
<b>Produits surgelés</b>	<b>-18°C</b>

Suivez les instructions de conservation indiquées sur les emballages.



Viande max. **7°C**

Volaille, haché et poisson max. **4°C**

Fruits et légumes préparés **7°C**

Produits surgelés **-18°C**



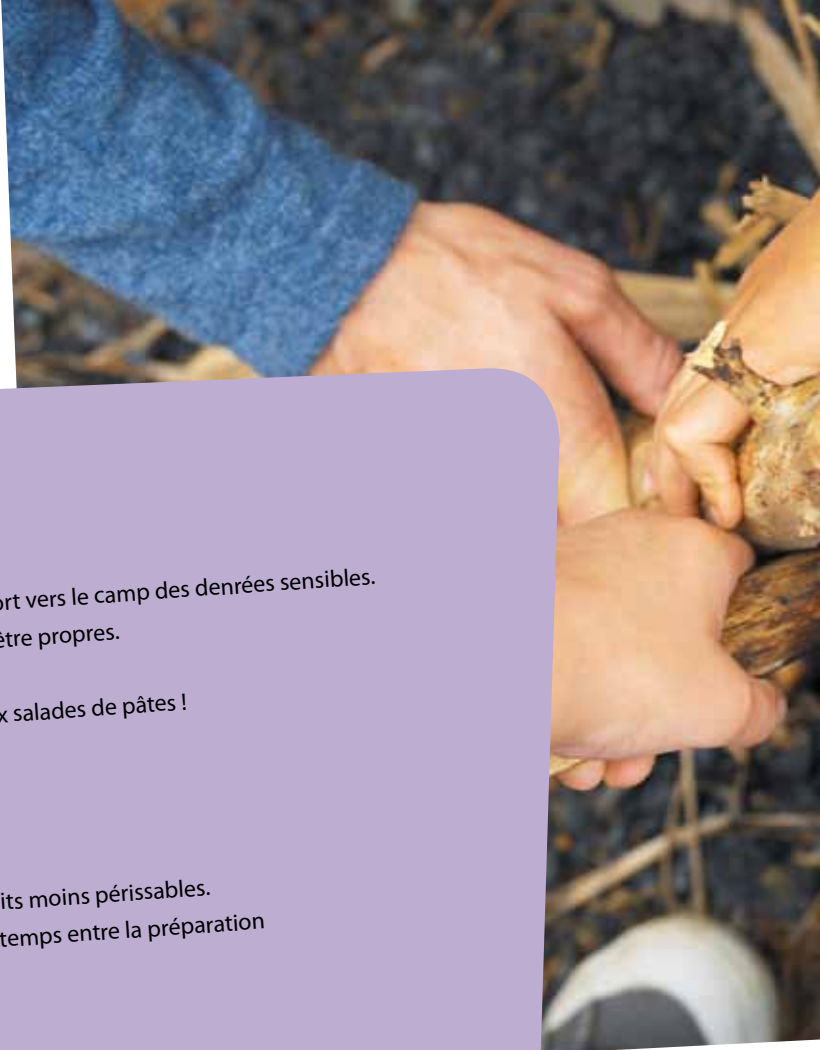


# PREPARATION

- Les espaces où l'on prépare de la nourriture doivent être propres, de manière à éviter que des saletés ou de la poussière ne contaminent les aliments.
- Il faut pouvoir se laver les mains. Veillez à avoir de l'eau, du savon et un moyen hygiénique de se sécher les mains, p.ex. un rouleau de papier (pas d'essuie-mains) à disposition
- Utilisez uniquement de l'eau potable pour la préparation des repas, le lavage des mains, de la vaisselle et de la cuisine. Attention aux tuyaux d'arrosage pour s'approvisionner en eau : ils ne peuvent servir qu'à de l'eau potable.
- Utilisez des planches à découper et ustensiles (p.ex. couteaux) différents pour la viande, le poisson, les légumes, les produits crus et les produits préparés ou nettoyez les soigneusement entre chaque aliment.
- Dégelez les produits surgelés dans le frigo et veillez à ce que le liquide qui s'en écoule n'entre pas en contact avec d'autres produits. Certains produits ne doivent pas être décongelés avant préparation.
- Cuisez bien la viande et le poisson. C'est indispensable pour la viande de porc, le haché et la volaille.
- **Ce qui est froid doit le rester !**
- Les plats froids doivent être conservés à une température de maximum 7°C jusqu'à consommation.  
Attention aux salades de pâtes !
- **Ce qui est chaud doit le rester !**
- Les repas chauds doivent être maintenus à une température d'au moins 65°C ou refroidis le plus rapidement possible s'ils ne sont pas servis immédiatement.
- N'utilisez pas d'œufs crus dans les préparations alimentaires qui ne sont pas cuites.  
Si vous utilisez des œufs, jetez immédiatement les coquilles, nettoyez votre plan de travail et lavez-vous les mains.
- Lavez la vaisselle à l'eau chaude et au détergent.

# 10 REGLES D'OR !

1. Contrôlez la date limite de consommation.
2. Veillez au bon respect des températures lors du transport vers le camp des denrées sensibles.
3. Les endroits où l'on manipule de la nourriture doivent être propres.
4. Lavez-vous régulièrement les mains.
5. Ce qui est froid doit le rester :  $< 7^{\circ}\text{C}$ . Attention aussi aux salades de pâtes !
6. Ce qui est chaud doit le rester :  $> 65^{\circ}\text{C}$
7. Dégelez les produits surgelés au frigo.
8. Cuisez bien la viande et le poisson.
9. Adaptez la gamme d'aliments à votre équipement.  
Si vous ne disposez pas d'un frigo, achetez des produits moins périssables.
10. Quand c'est prêt, mangez ! Veillez à ce que le laps de temps entre la préparation et la consommation soit le plus bref possible.



# TRAITEMENT DES DECHETS

- Ne réutilisez pas les restes de repas, éliminez-les le plus vite possible.
- Éliminez aussi les aliments périssables qui sont restés plus de deux heures à température ambiante.  
Ne conservez pas les denrées déjà cuisinées.
- Les conteneurs à déchets ne doivent pas être situés à proximité des lieux de préparation et de cuisson des aliments.
- Si des personnes sont malades (diarrhée, vomissements, ...), désinfectez les toilettes à l'eau de Javel.

## Comment effectuer un dosage correct de l'eau de Javel?

<b>Solution d'eau de Javel à 10°</b>	<b>32 ml / litre d'eau</b>
<b>Solution d'eau de Javel à 12°</b>	<b>26 ml / litre d'eau</b>
<b>Solution d'eau de Javel à 15°</b>	<b>20 ml / litre d'eau</b>
<b>Solution d'eau de Javel à 20°</b>	<b>16 ml / litre d'eau</b>



Des questions sur la sécurité  
alimentaire ? Une plainte sur la qualité ?  
Adressez-vous au point de contact  
de l'AFSCA : **0800 13 550**

[www.afsca.be](http://www.afsca.be) | [pointdecontact@afsca.be](mailto:pointdecontact@afsca.be)



Agence fédérale  
pour la Sécurité  
de la Chaîne alimentaire