

## КАК БЕЗОПАСНО ВСТРЕТИТЬ НОВЫЙ ГОД И РОЖДЕСТВО?



Новый год — один из самых любимых и долгожданных праздников не только для детей, но и для взрослых.

Для того, чтобы встретить Новый год, не навредив своему здоровью, Щучинский зональный центр гигиены и эпидемиологии рекомендует соблюдать простые

рекомендации при выборе продуктов и посещении заведений.



В первую очередь, необходимо обращать внимание на срок годности продуктов, которые вы покупаете к праздничному столу, целостность упаковки и внешний вид товара (мы имеем право в торговом зале потребовать документ,

подтверждающий качество и безопасность продукции), обращайте внимание на условия хранения в торговом зале (работающие холодильники, чистота). При покупке продуктов внимательно изучайте всё, что написано на этикетке: изготовителя, состав, дату изготовления, условия хранения и, конечно же, срок годности. Особенно это касается скоропортящихся пищевых продуктов: молока, творога, сметаны; любых пищевых продуктов домашнего изготовления. Покупайте продукты в установленных местах (магазины, рынки), избегая стихийной торговли.



В кафе и ресторанах не стесняйтесь интересоваться условиями приготовления и сроками годности блюд, особенно «премиум-сегмента» (рыба, не пастеризованные продукты).

При приготовлении в домашних условиях различного вида

и количества готовых блюд и салатов необходимо:

- соблюдать правила гигиены при приготовлении горячих и холодных блюд, сроки годности и условия хранения пищевых продуктов, особенно скоропортящихся;
- тщательно промывать (с обработкой кипятком) зелень, овощи и фрукты;

- салаты, изделия из рубленного мяса, студень готовить в домашних условиях в небольшом количестве, чтобы не хранить остатки блюд более суток. Не стоит резать салат впрок, не заправляйте всю порцию салата сразу;



- не смешивать свежеприготовленную пищу с остатками от предыдущего дня, если готовая пища остается на другой день, то перед употреблением ее необходимо прокипятить или прожарить;

- пирожные, торты с кремом необходимо хранить в холодильнике,

не забывая о том, что это скоропортящиеся продукты;

- не хранить скоропортящиеся продукты и готовые салаты при комнатной температуре более 2 часов;

- ни в коем случае не заниматься приготовлением пищи для семьи и гостей, если чувствуете себя не здоровым (особенно при расстройстве стула, тошноте, боли в животе);

- в холодильнике соблюдать принцип товарного соседства - не ставить мясо на разморозку на вторую полку, если на нижней полке открытый салат или торт;

- не употребляйте продукты с истёкшим сроком годности и (или) хранившиеся вне холодильного оборудования;



- разграничьте хранение в холодильнике продовольственного сырья и полуфабрикатов и готовой к употреблению продукции;

- если на руках имеются ссадины, гнойничковые заболевания — соблюдайте большую осторожность при приготовлении пищи, лучше использовать

перчатки;

- используйте для питья кипяченую или бутилированную воду;

- содержите в чистоте оборудование, кухонный инвентарь, помещения;

- на кухне необходимо иметь отдельные разделочные доски и ножи для сырой продукции и готовой, не требующей термической обработки.

Выполнение этих несложных профилактических мер поможет сохранить своё здоровье.

**Берегите себя и своих близких! С наступающим Новым годом! Желаем вам крепкого здоровья!**