



## Respecter les dates de limite de consommation indiquées sur les produits



Dès qu'un emballage est ouvert, la durée de conservation de l'aliment est réduite. Il faut consommer les produits à base de viande, poisson et œufs dans les **2 jours**



Pour les produits achetés « à la coupe », il faut les conserver au réfrigérateur et les consommer dans les **2 jours**



Les aliments surgelés peuvent être conservés **2 jours** dans le compartiment à glaçons du réfrigérateur



N'oubliez pas  
"les 7 astuces pour être un consommateur malin"  
Fiche conseil 25

Reprographie/PAO-CPN Laxou 2015 – Ne pas jeter sur la voie publique

# Les 7 astuces pour un réfrigérateur au top!



Le Comité de Pilotage  
Sécurité des Soins et Vigilances  
Juin 2015

Le froid garantit la conservation et la qualité des aliments. Il permet de limiter le développement des bactéries nocives pour la santé.

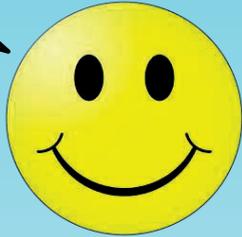
*Un aliment sain mal conservé  
peut devenir un produit toxique !*



FICHE CONSEIL

24

J'ai un frigo  
au top !



## Astuce N°1

*Je vérifie la température de mon réfrigérateur*

- Je règle le thermostat
- J'augmente systématiquement le thermostat pendant l'été

## Astuce N°2

*Je range mes aliments dès mon retour du magasin*

- En premier les produits congelés dans le congélateur
- Ensuite les produits frais dans le réfrigérateur
- Je ne laisse pas la porte ouverte trop longtemps

## Astuce N°7

*Je suis un bon gestionnaire*

- Je ne surcharge pas le réfrigérateur
- Je trie régulièrement les produits stockés
- Je range rapidement les restes de repas en les protégeant avec un film plastique ou du papier aluminium

## Astuce N°3

*Je respecte les indications données sur les étiquettes*

- Les conseils de conservation : température et date
- Les conseils d'utilisation



## Astuce N°4

*J'ordonne les aliments dans mon réfrigérateur*

Chaque aliment a sa place  
Je les regroupe par catégories :

- viande, charcuteries, plats préparés
- produits laitiers et desserts
- légumes

## Astuce N°6

*J'ai un congélateur*

- Pour décongeler un aliment ou un plat cuisiné, je respecte les indications données sur l'emballage
- Je ne recongèle jamais un produit décongelé
- Je dégivre et je nettoie mon congélateur une fois par an en prenant soin de mettre les produits congelés dans un sac isotherme durant l'opération

## Astuce N°5

*Je suis vigilant à la propreté de mon réfrigérateur*

- Je le nettoie une fois par mois avec du produit vaisselle
- J'enlève les étagères pour faciliter le nettoyage