

EFSA #EUchoosesafe food – droga do bezpiecznej żywności



Czym zajmuje się EFSA?

Europejski Urząd ds. Bezpieczeństwa Żywności (EFSA) oferuje **niezależne doradztwo naukowe** w kwestiach **zagrożeń związanych z żywnością**. EFSA wydaje opinie na temat istniejących i pojawiających się zagrożeń związanych z żywnością. Opinie te są uwzględniane w unijnych przepisach i zasadach oraz procesie decyzyjnym i tym samym przyczyniają się do **ochrony konsumentów przed zagrożeniami związanymi z łańcuchem żywnościowym**.

EFSA odpowiada za następujące sektory:

- bezpieczeństwo żywności i pasz
- odżywianie
- zdrowie i dobrostan zwierząt
- ochrona roślin
- zdrowie roślin.

Działania EFSA obejmują:

- gromadzenie **danych naukowych i wiedzy fachowej**
- udzielanie **niezależnych, aktualnych porad naukowych** na temat kwestii związanych z bezpieczeństwem żywności
- **informowanie** opinii publicznej o swojej pracy naukowej
- współpracę z **krajami UE, organami międzynarodowymi** i innymi **stronami**
- **zwiększanie zaufania** do unijnego systemu **bezpieczeństwa żywności** poprzez udzielanie **wiarygodnych porad**.

W trosce o nasze bezpieczeństwo każdego dnia naukowcy zajmują się oceną naukową produktów, analizują ich skład, właściwe znakowanie, sposób przechowywania, terminy przydatności do spożycia. Nadrzędnym celem tej działalności jest zapewnienie bezpieczeństwa – EFSA bada i ocenia produkty spożywcze abyśmy byli spokojni, że nasz wybór jest bezpieczny. Teraz Urząd chce przybliżyć nam kulisy swojej działalności i przedstawić w jaki sposób nauka wspiera nasze codzienne wybory żywieniowe.,

Celem ogólnoeuropejskiej kampanii EFSA #EUchoosesafe food, jest zachęcenie Europejczyków do podejmowania świadomych wyborów dotyczących żywności. Poznamy

i zrozumiemy kluczową rolę jaką dla bezpieczeństwa żywności odgrywają naukowcy i nauka. Począwszy od wsparcia w rozszyfrowaniu etykiet, zrozumieniu zasad dot. stosowania substancji dodatkowych w żywności, po informacje z jakiego powodu surowe ziemniaki nie powinny być przechowywane w lodówce - kampania przybliży konsumentom praktyczne informacje.

Dodatkowo Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) opracowała bardzo przydatną listę kontrolną 5 zasad bezpiecznej żywności:

- **Utrzymuj czystość**
 - Myj ręce przed kontaktem z żywnością i podczas jej przygotowywania
 - Myj ręce po wyjściu z toalety
 - Myj i odkażaj wszystkie powierzchnie i sprzęty wykorzystywane podczas przygotowywania żywności
 - Chronь kuchnię i żywność przed owadami i innymi zwierzętami
- **Oddzielaj żywność surową od ugotowanej**
 - Oddzielaj surowe mięso, drób, owoce morza od innej żywności
 - Do przygotowywania surowej żywności używaj oddzielnego sprzętu i przedmiotów, np. noży i desek do krojenia
 - Magazynuj żywność w oddzielnych pojemnikach, tak aby nie dopuścić do kontaktu między żywnością surową z już ugotowaną
- **Gotuj dokładnie**
 - Gotuj dokładnie, przede wszystkim mięso, drób, jaja i owoce morza
 - Żywność taką jak np. zupy doprowadzaj do wrzenia tak, aby zyskać pewność, że osiągnęła ona temperaturę 70°C. Co do mięsa i drobiu, musisz mieć pewność, że soki z wnętrza tych produktów są czyste-nie różowe
 - Odgrzewaną żywność przed spożyciem również odgrzej do temperatury powyżej 70° C.
- **Utrzymuj żywność w odpowiedniej temperaturze**
 - Nie pozostawiaj ugotowanej żywności w temperaturze pokojowej przez okres dłuższy niż dwie godziny
 - Wszystkie gotowane i łatwo psujące się produkty przechowuj w lodówce (najlepiej w temperaturze poniżej 5°C)
 - Utrzymuj wysoką temperaturę (ponad 60°C) gotowanych potraw tuż przed podaniem
 - Nie przechowuj żywności zbyt długo, nawet jeśli przechowujesz ją w lodówce
 - Nie rozmrażaj zamrożonej żywności w temperaturze pokojowej (zanurz produkt w ciepłej wodzie lub użyj urządzeń grzejnych)
- **Używaj bezpiecznej wody i żywności**
 - Używaj bezpiecznej wody lub poddaj ją takim działaniom, aby stała się ona bezpieczna
 - Do spożycia wybieraj tylko świeżą i zdrową żywność
 - Wybieraj żywność, która została przygotowana tak, aby była bezpieczna, np. pasteryzowane mleko
 - Myj owoce i warzywa, szczególnie jeśli jesz je na surowo

Nie jedz żywności, która utraciła już datę przydatności do spożycia

Materialy

https://europa.eu/european-union/about-eu/agencies/efsa_pl

<https://campaigns.efsa.europa.eu/EUChooseSafeFood/#/topic/food-hygiene>

Zdjęcia (1)

Przed zakupem **żywności gotowej do spożycia**,
upewnij się czy sprzedawca stosuje się do
Pięciu Zasad Bezpiecznej Żywności WHO



zachowuje
zasady higieny



oddziela surowce
od gotowej żywności



przygotowuje
potrawy w zalecanych
temperaturach (> 70°C)



przechowuje potrawy i surowce
w odpowiednich temperaturach



używa bezpiecznej
wody i produktów



Food and Agriculture
Organization of the
United Nations



World Health
Organization



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS