

#zajadamsiezdrowiem

# ZAJADAM SIĘ ZDROWIEM

## CHOROBY PRZENOSZONE DROGĄ POKARMOWĄ

### Jak zmniejszyć ryzyko zatrucia pokarmowego?

- Oddzielaj surowe mięso, drób, owoce morza i jajka od produktów gotowych do spożycia. Używaj oddzielnych desek do krojenia i trzymaj surowe mięso z dala od innych produktów spożywczych w koszyku i lodówce. Jeśli nie zamierzasz spożyć zakupionej żywności w ciągu kilku najbliższych dni, zamroź ją.
- Jeśli korzystasz z toreb wielorazowego użytku, pamiętaj o ich regularnym praniu.
- Gotuj jedzenie - pozbędziesz się szkodliwych bakterii chorobotwórczych. Wykorzystaj do tego celu termometr spożywczy.



#### Kampania "Zajadam się zdrowiem"

Organizatorem kampanii jest Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Krakowie.