

**Des conseils d’hygiène alimentaire**

**Lisez attentivement les questions avant d’écouter la chronique**



**Écoutez et faites les exercices**

## **I.** **Cochez la meilleure réponse pour chaque question.**

1. En France, le nombre des infections alimentaires collectives

🖵 est plus élevé chaque année

🖵 reste stable

🖵 a eu une forte diminution

1. Un des éléments responsable de la contamination alimentaire est

🖵 une coction adéquate des viandes

🖵 le lavage des légumes

🖵 la propagation de germes

1. Le lavage des mains, au moment de la préparation des aliments,

🖵 est très important mais il faut le faire rapidement

🖵 est indispensable et il faut le faire d’une manière responsable

🖵 est peu important et optatif

1. La gastro-entérite peut être évitée

🖵 si on lave les légumes avec de l’alcool

🖵 seulement si on ne mange pas de viandes

🖵 si on se lave les mains après avoir touché des viandes et des légumes crus

## **II.** **Associez les causes avec les conséquences.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| A) Attendre trop longtemps après la préparation des aliments pour les mettre au réfrigérateur |  | 1) peut causer des problèmes, il faut les séparer dans de petites portions au moment de les mettre au réfrigérateur |
|  | 2) peut se faire, mais il faut les manger le plus vite possible. |
|  | 3) est une situation qui a lieu si on attend plus de 2 heures après la préparation des plats. |
| B) Préparer trop d’aliments |  | 4) est possible, mais il faut être attentif spécialement avec les aliments préparés à base d’œufs sans cuisson, qui doivent être consommés dans un délai de 24 heures. |
| C) Garder des aliments préparés dans le réfrigérateur |  | 5) favorise la création des bactéries. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| A | | B | C | |
|  |  |  |  |  |

## **III. Associez les informations à gauche et les informations à droite pour compléter les phrases prises de la chronique.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| A) Il est recommandé… |  | 1) …chaque fois que les aliments s’y répandent. |
| B) protéger les aliments avec des boites hermétiques… |  | 2) …parce que plusieurs personnes les ont manipulés précédemment. |
| C) il est important de nettoyer son réfrigérateur… |  | 3) …de veiller à compter avec un bon rangement du réfrigérateur. |
| D) il est déconseillé d’utiliser |  | 4) …la même planche à découper pour tous les aliments. |
| E) Il est préférable d'avoir une planche pour les viandes… |  | 5) …parce qu’ils ne devraient pas consommer des œufs crus ou peu cuits… |
| F) … un petit rappel : |  | 6) …pour ainsi éviter tout type de contamination et de mauvaises odeurs. |
| G) il faut faire très attention au moment de préparer des aliments pour une personne âgée, un malade, une femme enceinte ou un enfant… |  | 7) …la température idéale pour leur conservation est entre zéro et 4ºC. |
| H) …en général, pour tous les aliments… |  | 8) …une autre pour les poissons et une troisième pour les légumes… |
| I) …n’oubliez pas de laver les fruits et légumes toujours à l’eau |  | 9) Bien cuire les aliments est un excellent moyen de réduire la production bactérienne. |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **A** | **B** | **C** | **D** | **E** | **F** | **G** | **H** | **I** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |