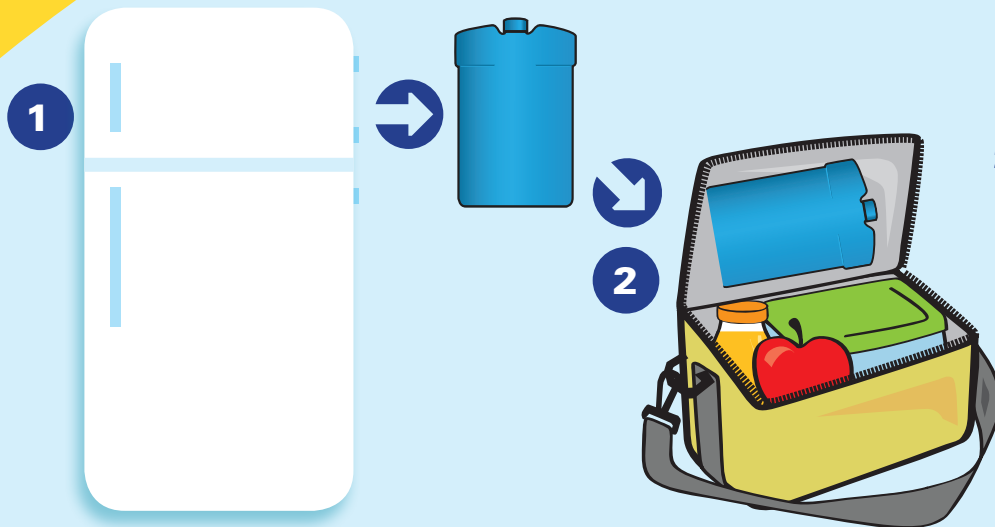


Bloc réfrigérant



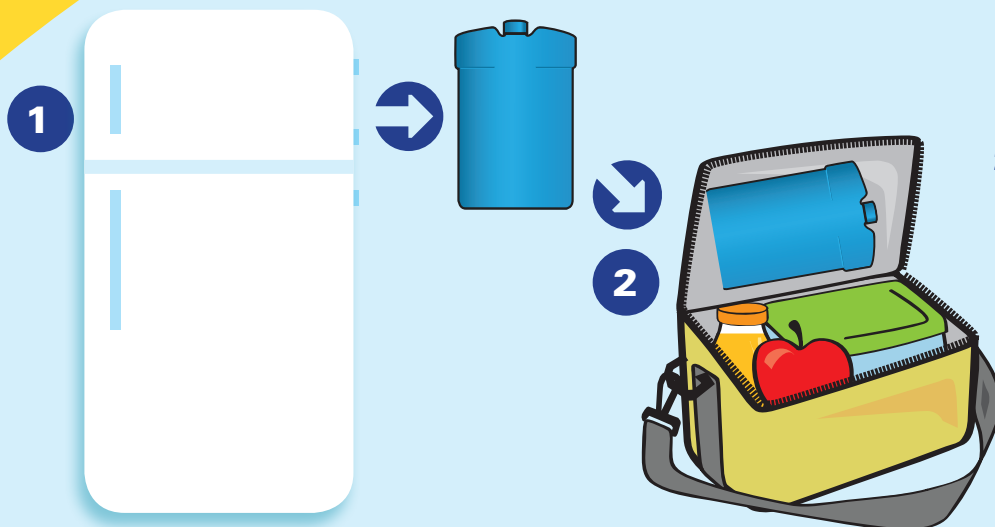
**Savez-vous où placer
le bloc réfrigérant
dans le sac-repas?**



Le matin :

- 1- Je sors le bloc réfrigérant du congélateur;
- 2- Je place les aliments dans le sac-repas et je dépose le bloc réfrigérant sur le dessus des aliments.

Bloc réfrigérant



**Savez-vous où placer
le bloc réfrigérant
dans le sac-repas?**



Le matin :

- 1- Je sors le bloc réfrigérant du congélateur;
- 2- Je place les aliments dans le sac-repas et je dépose le bloc réfrigérant sur le dessus des aliments.

Moi, je prends soin de mes aliments



VRAI ou FAUX?

À la température ambiante, le nombre de bactéries présentes dans un sandwich à la viande peut passer de cent à plus d'un million en 4 heures?

VRAI. En effet, les aliments périssables tels que la viande, la volaille, le poisson, les produits laitiers et les préparations à base de mayonnaise constituent un festin pour les bactéries! Il est donc important de bien conserver les aliments du sac-repas afin d'éviter toute contamination.

Voici quelques trucs pour un **sac-repas sécuritaire** :

- Avant de partir pour l'école (et non la veille), placer le dîner dans un sac-repas **isolant** et ajouter un **bloc réfrigérant** (ice pack) sur **le dessus** de la nourriture (le froid « descend »). Ces précautions sont nécessaires afin de garder les aliments bien froids pendant environ 4 heures.
- Au retour de l'école, jeter tous les restes d'aliments périssables. Ne pas prendre de chance! Certains aliments contaminés ne changent pas d'odeur ou d'apparence.

Moi, je prends soin de mes aliments



VRAI ou FAUX?

À la température ambiante, le nombre de bactéries présentes dans un sandwich à la viande peut passer de cent à plus d'un million en 4 heures?

VRAI. En effet, les aliments périssables tels que la viande, la volaille, le poisson, les produits laitiers et les préparations à base de mayonnaise constituent un festin pour les bactéries! Il est donc important de bien conserver les aliments du sac-repas afin d'éviter toute contamination.

Voici quelques trucs pour un **sac-repas sécuritaire** :

- Avant de partir pour l'école (et non la veille), placer le dîner dans un sac-repas **isolant** et ajouter un **bloc réfrigérant** (ice pack) sur **le dessus** de la nourriture (le froid « descend »). Ces précautions sont nécessaires afin de garder les aliments bien froids pendant environ 4 heures.
- Au retour de l'école, jeter tous les restes d'aliments périssables. Ne pas prendre de chance! Certains aliments contaminés ne changent pas d'odeur ou d'apparence.