

# Informatie over voedselveiligheid (HACCP)

## Voor vrijwilligers en mantelzorgers

### Wanneer is dit van toepassing?

- Bij het bereiden of verstrekken van eten en drinken tijdens welzijnsactiviteiten.
- Bij het bereiden of verstrekken van eten en drinken in de brasserie of activiteitenruimte
- Bij het bereiden of verstrekken van eten en drinken in de huiskamer of privéruimte van de cliënt.

Denk hierbij aan:

- Het dekken van de tafel.
- Bereiden van de maaltijd, snack, dranken of traktaties.
- Ondersteuning bij het nuttigen van de maaltijd.
- Het opruimen van de maaltijd en het doen van de afwas of schoonmaakwerkzaamheden.
- Het meebrengen en/of serveren van meegebracht traktaties.

### Voorwoord

Je hebt er vaak mee te maken: voedselveiligheid. Thuis, als je uit eten gaat of ergens koffie drinkt en uiteraard bij jullie op de afdeling. Voedselveiligheid is erg belangrijk. Veilig voedsel houdt in dat je het product kunt consumeren zonder dat je er op korte of lange termijn ziek van wordt. Om de risico's laag te houden zijn er regels opgesteld voor voedselveiligheid en voedselkwaliteit. Deze regels zijn voor alle landen van de Europese Unie gelijk.

In de wet staat dat alle bedrijven en organisaties die werken met eten en drinken, ervoor moeten zorgen dat hun eten en drinken veilig is. Om onveilige producten te voorkomen moeten alle organisaties en bedrijven die met eten en drinken werken een HACCP-plan hebben (hygiëncode).

Om veilig eten en drinken organisatiebreed te borgen is het belangrijk dat jij als vrijwilliger of mantelzorger die met eten en drinken werkt, kennis hebt en weet welke actie je moet uitvoeren bij afwijkingen.



## Voedselinfectie en voedselvergiftiging

### Voedselinfectie

Een voedselinfectie krijg je door het eten van voedsel met een ziekmakende hoeveelheid bacteriën, parasieten of virussen. Als je een voedselinfectie hebt, krijg je buikkramp, diarree en in sommige gevallen moet je ook overgeven. De klachten kunnen optreden na enkele uren, maar ook twee dagen later.

### Voedselvergiftiging

Een voedselvergiftiging kun je krijgen als er giftige stoffen in het voedsel zitten. Deze giftige stoffen worden gemaakt door bacteriën en schimmels. De tekenen van een voedselvergiftiging zijn buikkrampen, misselijkheid, diarree of braken. De klachten ontstaan binnen acht uur na de besmetting. Een voedselinfectie of -vergiftiging voorkom je door eten goed te bewaren en hygiënisch te werken.



Volg de onderstaande richtlijnen om voedselvergiftiging te voorkomen:

- Koel bederfelijke producten goed op  $<7^{\circ}\text{C}$ .
- Dek of sluit alle producten goed af met een deksel, aluminiumfolie of plasticfolie.
- Aangebroken conserven overhevelen in opslagmateriaal van glas, kunststof of roestvast staal.
- Open de koelkast en de vriezer niet langer dan noodzakelijk. Lang en vaak open resulteren in ongewenste temperatuurverhogingen.
- Was je handen goed en regelmatig.
- Zorg voor een goede persoonlijke hygiëne.
- Was groente en fruit grondig onder stromend water.
- Voorkom kruisbesmetting. Scheid rauw en bereid voedsel. Gebruik niet dezelfde snijplank en keukenmaterialen voor rauw vlees en daarna voor gaar eten of voor producten die je rauw eet.
- Verhit je eten goed. Dit geldt vooral voor dierlijke producten als vlees, vis en ei.
- Let op versheid, houdbaarheidsdatum en bereidings- en bewaaradviezen van de producten.
- Ingevroren producten ontdooien mag alleen in de koelkast. Op het aanrecht ontdooien gaat sneller maar versnelt ook de vermenigvuldiging van bacteriën en andere ziekteverwekkers. Plaats het product altijd in de originele, liefst ongeopende verpakking op een bord. Dit om lekkage te voorkomen.

## Allergenen en allergieën

Een allergeen is een eiwit dat allergische reacties oproept bij mensen die daar gevoelig voor zijn. Allergische reacties komen op bepaalde producten vaker voor dan op andere producten. Vanuit Europese wetgeving zijn veertien stoffen als allergeen benoemd, namelijk: gluten, schaaldieren, ei, vis, pinda, soja, melk (inclusief lactose), noten (8 soorten), selderij, mosterd, sesam, sulfiet, lupine en weekdieren.

Top 5 meest voorkomende voedselallergieën:

- Noten
- Pinda's
- Eieren
- Koemelk
- Groente en fruit



Raadpleeg bij de medewerker of bewoners bepaalde producten niet mogen nuttigen.

## Controleer de producten voordat je deze verstrekt

- Controleer de temperatuur van de gekoelde producten
- Controleer op breuken (kapot of gescheurd)
- Controleer de houdbaarheid (TGT en de THT)
- Plaats de producten in de koeling / vriezer / magazijn

### TGT staat voor Te Gebruiken Tot

De TGT is de uiterste datum waarop een product nog genuttigd mag worden. Wanneer de datum verstreken is, moet je het product weggooien. Wanneer je het product nuttigt na de TGT-datum dan kun je ziek worden. Bij een TGT-datum gaat het vaak om bederfelijke producten, zoals voorgesneden groente, vlees, vis en verse zuivel.

### THT staat voor Ten minste Houdbaar Tot

De THT is de datum tot waar een producent een goede kwaliteit kan garanderen. Het product is na deze datum wellicht nog te nuttigen, echter zal de kwaliteit minder zijn. Het gaat bij de THT-datum om minder bederfelijke producten, zoals melk, yoghurt of ongekoelde producten (koekjes, chips etc.).

Twijfel je toch?

Vraag het na bij de medewerker. Gebruik dan je zintuigen. Ruikt het vreemd? Ziet de kleur er niet meer goed uit? Gooi het voor de zekerheid weg en neem geen onnodige risico's. Voor bederfelijke producten met een THT-datum, zoals zelfgemaakte producten, vlees en vis, geldt dat je ze na de uiterste datum moet weggooien.



Vul de kasten en koelkast bij volgens het principe 'first in first out'. Dit betekent dat de nieuwe producten achter of onder de producten geplaatst moeten worden die er al staan of liggen.

Kaas en vleeswaren die tijdens de maaltijd op tafel hebben gestaan mogen na de maaltijd niet meer de koelkast in. Zet zo min mogelijk op tafel en vul indien nodig aan. Je kunt ook gebruik maken van tafelkoelers, dan kan het wel terug de koeling in.

### Stickers van producten

Binnen Aafje wordt er (conform de hygiënecode) niet gestickerd. Twee uitzonderingen waarbij wel gestickerd moet worden:

1. Na het ompakken van een product in een andere verpakking, waardoor er geen THT datum meer zichtbaar is. Hierbij wordt de bestaande THT datum overgenomen op de nieuwe sticker.
2. Bij het in de vriezer plaatsen van gekoelde of verse producten moeten deze altijd worden voorzien van een invriesdatum. Hierbij wordt de houdbaarheidsdatum opnieuw bepaald.

De medewerker is hiervoor verantwoordelijk. Als je afwijking van deze afspraken signaleert, geef dit dan aan bij de medewerker.



## Persoonlijke hygiëne

Een goede basisverzorging is erg belangrijk. De onderstaande richtlijnen zorgen voor een goede persoonlijke hygiëne.

1. Trek schone kleding aan.
2. Sieraden, horloges of andere sieraden aan de handen en onderarmen zijn niet toegestaan.
3. Zorg voor schone haren. Lang haar dien je op te steken of bij elkaar te binden.
4. Het is verplicht om bij wondjes waterafstotende pleisters te gebruiken. Het advies hierbij is om een pleister in een opvallende kleur te kiezen.
5. Was je handen met water en zeep om te voorkomen dat je bacteriën en virussen overbrengt op voedsel. Er zijn diverse momenten waarna je in ieder geval je handen moet wassen:
  - o Voor het begin van de werkzaamheden (ook na een pauze)
  - o Voor het (bereiden van) eten
  - o Na het toiletbezoek of het aanraken van afvalbakken/afvalzakken
  - o Na het niezen, hoesten of het snuiten van de neus
  - o Na het werken met eieren, rauw vlees, vis of gevogelte
  - o Na het afruimen van vuile vaat.

## Bereiden

Tijdens het bereiden van de maaltijden is het van belang om volgens de HACCP richtlijnen te werken. Als je de risico's zo klein mogelijk wilt houden, let dan op de volgende kritische onderdelen:

De temperatuur van rauw vlees, rauwe vis, rauw gevogelte en ei bij verhitten minimaal 2 minuten 75°C in de kern is. Bij zelfbereide rijst, groente en dergelijke: minimaal 75°C. Bij regenereren 60°C of hoger.

Voor het regenereren van maaltijden geldt: Controleer de kerntemperatuur van de gerechten. Deze moet gedurende 2 minuten minimaal 70°C zijn.



Aan vrijwilligers en mantelzorgers vragen wij oplettend te zijn indien je de indruk hebt dat de juiste temperatuur door omstandigheden niet gehaald wordt. Geef dit dan aan bij de medewerker.

### Reinigen en desinfecteren

Inmiddels weet je het één en ander over voedselveiligheid. Ook het hebben en houden van een schone werkplaats is erg belangrijk voor de voedselveiligheid. Een schone werkplek kan voedselinfecties, voedselvergiftigingen of onbedoelde aanrakingen met allergenen voorkomen.

- Houd je werkplek netjes.
- Ruim de vaat tijdig op en spoel deze af voordat je het in de vaatwasser doet.
- Maak de tafel schoon na het eet- en/of drinkmoment. Ook tussentijds als dit nodig is.
- Vervang de schoonmaakdoeken na gebruik (minimaal iedere dag).

### Eigen koelkast

Het schoonmaken van de eigen (in bruikleen gegeven of zelf aangeschafte) koelkast op de kamer is de verantwoordelijkheid van de cliënt of bewoner.

### Afspraken over het meenemen van eten en drinken zoals trakteren

Binnen Aafje mag getrakteerd worden op afdelingen. Er zijn geen afspraken over wat wel of niet getrakteerd mag worden. Wel is van belang dat gekoelde producten niet te lang buiten de koelkast zijn en producten binnen de houdbaarheid worden geconsumeerd. Bij zelf gebakken of gekookte producten is het uitgangspunt dezelfde dag te consumeren. De vaste medewerker ziet toe dat het onder hygiënische omstandigheden gebeurt.



Trakteren of iets van huis meenemen in een brasserie of restaurant is mogelijk in overleg met de teammanager Diensten.