

## **Απογευματινή ομιλία/συζήτηση για την υγιεινή και θρεπτική προετοιμασία φαγητών στην\_κουζίνα μας**

Την Τετάρτη 18 Μαΐου 2022 στις 5:00-7.30μμ σας καλούμε να ενημερωθείτε για τον σωστό τρόπο ετοιμασίας υγιεινών και θρεπτικών φαγητών στη κουζίνα μας.

Ζωτικής σημασίας η τήρηση διαδικασιών καλής υγιεινής πρακτικής κυρίως προσωπικής υγιεινής και εφαρμογής προ απαιτήσεων για να παρεμποδίζεται η μετάδοση μικροβίων και άλλων επιμολύνσεων (χημικών/φυσικών κινδύνων) στην ετοιμασία τροφίμων. Τι δεν πρέπει να κάνει και τι να εφαρμόζει ο χειριστής τροφίμων για την παρασκευή ασφαλών, υγιεινών και θρεπτικών τροφίμων.

Θα ενημερωθείτε για την τήρηση διαδικασιών καλής υγιεινής πρακτικής στην ετοιμασία τροφίμων για την αποφυγή τροφικών δηλητηριάσεων, τη σημασία της ατομικής υγιεινής (που βρίσκονται τα μικρόβια), και προαπαιτήσεις για την κουζίνα. Συντήρηση των ωμών και ψημένων τροφίμων (επαναθέρμανση). Πως μπορείτε να φτιάχνετε θρεπτικά φαγητά για σας και την οικογένεια σας.

Τι μπορώ να κάνω στην καθημερινή μου ζωή για να περιορίσω την σπατάλη των τροφίμων.(10 συμβουλές για να μειώσουμε την σπατάλη των τροφίμων ώστε και να εξοικονομήσουμε χρήματα και να προστατεύσουμε το περιβάλλον).

Παρουσίαση : Δρ Φρόσω Χατζηλούκα – Ακαδημαϊκός, Επιστήμονας Τροφίμων, εγκεκριμένη εκπαιδευτρια της ΑνΑΔ (Αρχής Ανάπτυξης Ανθρωπίνου Δυναμικού)

Θα δοθεί πιστοποιητικό παρακολούθησης.

Χρέωση 10 ευρώ.

**Πληροφορίες/κρατήσεις στο 99374884, [www.atsastraining.com](http://www.atsastraining.com)**

