

CONSEILS HYGIENO-DIETETIQUES POUR LA FEMME ENCEINTE

- Bien cuire tout type de viande
- Eviter la consommation de viande grillée ou fumée
- Bien laver les mains : surtout après avoir manipulé de la viande crue, des crudités
- souillées par de la terre ou après avoir jardiné. Avant chaque repas et après chaque contact avec les chats.
- Porter des gants pour jardiner ou pour tout contact avec de la terre
- Lors de la préparation des repas, laver à grande eau les légumes et les plantes aromatiques, surtout s'ils sont terreux et consommés crus
- - Laver à grande eau les ustensiles de cuisine ainsi que les plans de travail