



Voedselveiligheid tijdens het kamperen en bivakkeren

Voldoende en goed eten, is een belangrijke randvoorwaarde voor een geslaagd kamp. Hoe zorg je ervoor dat dit ook veilig en hygiënisch gebeurt? En waarop moet je letten als je gaat inkopen en koken?

Waar let ik op

Ben je bewust van de beperkingen als je gaat kamperen. Je beschikt vaak niet over koelmogelijkheden en de kookgelegenheid is meestal niet zo hygiënisch als een keuken in een gebouw. Naast algemene hygiëneregels neem je dus een aantal extra maatregelen in acht:

- Hou bij inkoop van voeding rekening met de houdbaarheid.
- Koop als het mogelijk is minder bederfelijke producten, zoals lang houdbare melk of campingboter.
- Is er geen koelvoorziening aanwezig, bereidt bederfelijke producten, zoals vlees en zuivelproducten, direct.
- Berg voorraad droog, koel, donker en insectenvrij op in een foeragekist.
- Bewaar geen aangebroken bederfelijke producten als je ze niet kunt koelen.
- Bewaar geen schoonmaakmiddelen of brandstof bij etenswaren.
- Op de website van het Voedingscentrum vind je een Bewaarwijzer voor de houdbaarheid van geopende producten.
- Was voor het koken je handen en droog ze af met een schone handdoek.
- Laat je kinderen zelf koken, geef instructie en hou toezicht.
- Kook je op houtvuur, maak dan afspraken met de stoker. Alleen de kok komt aan het eten, maar bemoeit zich omgekeerd niet met het vuur.
- Volg de bereidings- (en bewaar)adviezen op de verpakkingen.
- Voorkom kruisbesmetting: scheidt vuile en rauwe producten van schone en bereide voedingsmiddelen.
- Gebruik voor het snijden van vlees, rauwkost en gare producten aparte snijplanken, herkenbaar aan kleur of vorm en aparte messen.
- Gooi afval meteen weg in een afgesloten vuilnisemmer.
- Alle gerechten zijn door en door warm en goed gaar.
- Direct na het bereiden/koken ga je eten zodat niet alles weer afkoelt.
- Iedereen wast zijn handen voor het eten.
- Was direct na het eten af met heet water en afwasmiddel. Droog af met schone, droge theedoeken. Maak het kooktoestel en de keukentafel schoon.
- Bewaar geen restjes als je deze niet gekoeld kunt opslaan.
- Ben alert op ziekteverschijnselen, zoals diarree. Zieke deelnemers houden zich niet met voedselbereiding bezig.

risico-inventarisatie

VOOR MIJ
JONGNL

Onder bederfelijke levensmiddelen verstaan we: verse, gerookte en gestoomde vis en visproducten, snacks en kokswaren, vlees en vleeswaren, melk en melkproducten, zachte kaas, zoals brie en camembert, verse kaas (kwark), slagroom- en crèmegebak, puddingbroodjes, salades en slaatjes, voorgesneden groenten en rauwkost, vers vruchtensap, tahoe en tempeh, beslag voor poffertjes en pannenkoeken.

De wet

De wet stelt allerlei eisen aan het inkopen, bewaren en bereiden van voedsel en de inrichting van de keuken als je voedsel voor anderen bereidt. Op kamp kun je, zeker als je gaat kamperen, aan veel van deze eisen niet zo gemakkelijk voldoen. Het blijft wel belangrijk om bewust met eten bezig te zijn en risico's op voedselvergiftiging te vermijden.

Belangrijke regels om rekening mee te houden zijn:

- De ruimte waar je voedsel gaat bereiden, moet schoon zijn.
- Je moet de mogelijkheid hebben om je handen te wassen en te drogen.
- Bewaar bederfelijke producten maximaal twee uur buiten de koeling.
- Je moet afval op een juiste manier kunnen afvoeren

Meer informatie

- Een overzicht van alle hygiëncodes is te vinden op de website van de Nederlandse Voedsel- en waren autoriteit www.nvwa.nl
- De bewaarwijzer vind je op www.voedingscentrum.nl

