

ΟΔΗΓΟΣ ΟΡΘΗΣ ΠΡΑΚΤΙΚΗΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΜΟΝΑΔΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ



ΑΘΗΝΑ 2017

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Με το Ν. 4235/2014 και την ΥΑ 4912/120862/2015, όπως τροποποιήθηκε και ισχύει, δίνεται η δυνατότητα στον επαγγελματία αγρότη και στα μέλη της οικογένειάς του να κάνουν παραγωγή τροφίμων, μεταποιώντας τα αγροτικά προϊόντα δικής του παραγωγής. Τα τρόφιμα αυτά παρασκευάζονται στο χώρο της αγροτικής εκμετάλλευσης ή της αγροτικής κατοικίας, ο οποίος ονομάζεται **μονάδα τροφίμων οικοτεχνικής παρασκευής (ή Οικοτεχνία)**.

ΣΚΟΠΟΣ

Ο σκοπός του Οδηγού Ορθής Πρακτικής για τις Μονάδες Τροφίμων Οικοτεχνικής Παρασκευής είναι να συμβάλλει στη συμμόρφωση προς τις γενικές απαιτήσεις υγιεινής των Κεφαλαίων ΙΙΙ έως ΙΙΙΙ του Παραρτήματος ΙΙ του Καν. (ΕΕ) 852/2004 και να ευαισθητοποιήσει τους παραγωγούς που επιθυμούν να λειτουργήσουν Μονάδες Τροφίμων Οικοτεχνικής Παρασκευής, σχετικά με τις υποχρεώσεις τους ως προς τη νομοθεσία των τροφίμων.

Ο παρών οδηγός αφορά την παραγωγή των παρακάτω προϊόντων:

- Α. Προϊόντα δημητριακών π.χ. πλιγούρι, μπομπότα
- Β. Αρτοσκευάσματα π.χ. παξιμάδια, φρυγανιές, αρτίδια, σταφιδόψωμα, κριτσίνια, βουτήματα, λουκουμάδες με μέλι, κουλούρια, λαγάνες, διπυρίτης άρτος (γαλέτα) φύλλο κρούστας, σφολιάτα, πίτες (αλμυρές και γλυκές)
- Γ. Ζυμαρικά π.χ. τραχανάς, χυλοπίτες, λαζάνια, ξυνόχονδρος
- Δ. Γλυκίσματα π.χ. χαλβάς με σιμιγδάλι, σάμαλι, ραβανί
- Ε. Προϊόντα φυτικής προέλευσης με ή χωρίς γλυκαντικές ύλες, π.χ. γλυκά κουταλιού, μαρμέλαδες, κομπόστες, ζελέ φρούτων, γλυκά αλείμματα και γλυκές πάστες φρούτων και λαχανικών, φρουι γλασέ, πετιμέζι, μουσταλευριά, αμυδαλωτά, εργολάβους, χαρουπόμελο, προϊόντα από σουσάμι
- ΣΤ. Προϊόντα με extra παρθένα και παρθένα ελαιόλαδα που έχουν προστεθεί αρωματικά φυτά, μπαχαρικά, αιθέρια έλαια, κ.α. σε συσκευασία έως δύο (2) λίτρων
- Ζ. Προϊόντα φυτικής προέλευσης διατηρημένα με αλάτι, ξύδι και λάδι, επιτραπέζιες ελιές, πάστες ελιάς, τουρσιά, σάλτσες.
- Η. Αποξηραμένα προϊόντα φυτικής προέλευσης φρούτα και λαχανικά, ξηροί καρποί, όσπρια, αρωματικά φυτά
- Θ. Προϊόντα με μέλι που έχουν προστεθεί ξηροί καρποί, αποξηραμένα φρούτα, μασίχα, κρόκος κ.α. τρόφιμα

I. Λοιπά τρόφιμα, π.χ. ξύδι, χυμοί φρούτων και λαχανικών σε συσκευασία έως ενός (1) λίτρου.

Ο συγκεκριμένος οδηγός **ΔΕΝ** καλύπτει:

- την παραγωγή γαλακτοκομικών προϊόντων όπως τυρί, βούτυρο, γιαούρτι, καθότι ισχύουν οι απαιτήσεις και προϋποθέσεις της υπ. Αριθμ. 3724/162303/22-12-2014 ΚΥΑ (ΦΕΚ 3438/Β'/2014)
- την παραγωγή προϊόντων σαπωνοποιίας από ελαιόλαδο

Υπενθυμίζουμε ότι στα πλαίσια της οικοτεχνίας **ΔΕΝ** επιτρέπεται η παραγωγή ποτών τα οποία περιέχουν αλκοόλη.

ΞΕΚΙΝΩΝΤΑΣ ΜΙΑ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΗΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ....

Η έναρξη λειτουργίας μιας οικοτεχνίας για την παρασκευή τροφίμων, είναι πράγματι μια πρόκληση η οποία μπορεί να υποστηρίξει το αγροτικό εισόδημα και την αγροτική οικογένεια. Όμως, μια τέτοια πρωτοβουλία θα πρέπει να ληφθεί μόνο από όσους είναι αποφασισμένοι να κρατούν ένα υψηλό επίπεδο υγιεινής και ασφάλειας για τα παραγόμενα τρόφιμα. Παρασκευάζοντας τρόφιμα σε επίπεδο οικοτεχνίας είναι κάτι πολύ σοβαρότερο από το να φτιάχνουμε τρόφιμα απλά για την οικογένειά μας.

Υπεύθυνος μονάδας τροφίμων οικοτεχνικής παρασκευής: Όπως ορίζεται και στην ΥΑ, ο νομικά υπεύθυνος της οικοτεχνίας είναι ο επαγγελματίας αγρότης.

ΠΡΟΣΟΧΗ, η ευθύνη η οποία φέρει είναι κάτι πολύ περισσότερο από την αγροτική του ιδιότητα, είναι δηλαδή ο υπεύθυνος μιας επιχείρησης τροφίμων. Έχει την ευθύνη της συμμόρφωσης με τις απαιτήσεις της νομοθεσίας των τροφίμων και κυρίως έχει την πρωταρχική ευθύνη για την υγιεινή και την ασφάλεια των τροφίμων που παράγει και διαθέτει στην αγορά.

Τι εννοούμε όταν λέμε **Ασφαλές** τρόφιμο;

- Είναι το τρόφιμο το οποίο μπορεί να καταναλωθεί χωρίς να προκαλέσει ασθένεια (τροφική δηλητηρίαση) ή άλλη βλάβη στην υγεία του καταναλωτή. Αυτό σημαίνει ότι τα **ασφαλή τρόφιμα** δεν πρέπει να περιέχουν παθογόνους μικροοργανισμούς (μικροβιακή μόλυνση), επικίνδυνες χημικές ουσίες (χημική επιμόλυνση) ή ξένα σώματα (φυσική επιμόλυνση).
- Αντίθετα, **μη ασφαλές** είναι το τρόφιμο το οποίο περιέχει παθογόνους μικροοργανισμούς, επικίνδυνες χημικές ουσίες ή ξένα σώματα και μπορεί να προκαλέσει σοβαρές βλάβες στην υγεία του καταναλωτή.

Η παραγωγή **ασφαλών τροφίμων και η προστασία της υγείας του καταναλωτή**, είναι υποχρέωση όλων των εργαζομένων σε μια επιχείρηση τροφίμων.

Όλοι όσοι ασχολούνται με τη διαχείριση τροφίμων (προετοιμασία, επεξεργασία, συσκευασία, αποθήκευση, διάθεση και πώληση), συμβάλουν στην ασφάλεια των τροφίμων.

ΑΠΑΙΤΗΣΕΙΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

1. ΥΠΟΔΟΜΗ-ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ για το ΧΩΡΟ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΤΩΝ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Η υποδομή του χώρου παρασκευής των τροφίμων πρέπει να είναι τέτοια έτσι ώστε παρεμποδίζεται η επιμόλυνση του παραγόμενου τροφίμου. Συγκεκριμένα:

- Είναι σημαντικό οι ποσότητες οι οποίες επεξεργάζονται για την παρασκευή τροφίμων να μην ξεπερνούν τη δυνατότητα του συγκεκριμένου χώρου
- Οι οικιακές κουζίνες δε σημαίνει απαραίτητα ότι είναι κατάλληλες για παρασκευή τροφίμων για επαγγελματική χρήση. Έτσι, προτείνεται η ύπαρξη διαφορετικού χώρου από αυτόν της οικιακής κουζίνας για την παρασκευή τροφίμων οικοτεχνίας εκτός εάν τηρούνται τα παρακάτω μέτρα:
 - Ύπαρξη ξεχωριστού νεροχύτη για πλύσιμο των χεριών. Αν υπάρχει «διπλός» νεροχύτης, μπορεί η μία γούρνα να χρησιμοποιηθεί για τρόφιμα και η άλλη για το πλύσιμο των χεριών
 - Η διάταξη των επίπλων και του εξοπλισμού πρέπει να επιτρέπει τον κατά το δυνατό εύκολο καθαρισμό τους. Αποφεύγονται διακοσμητικά στοιχεία τα οποία δεν καθαρίζονται εύκολα (ξύλινα αντικείμενα, χαλάκια κ.λπ.)
 - Ο χώρος θα πρέπει να αεριζείται επαρκώς ώστε να αποφεύγεται η συγκέντρωση υδρατμών, η ανάπτυξη μούχλας
 - Τα παράθυρα θα πρέπει να έχουν σίτες για την αποφυγή εισόδου εντόμων
 - Δεν υπάρχουν οικόσιτα, κατοικίδια ζώα εντός του χώρου παρασκευής τροφίμων.
 - Ύπαρξη ικανοποιητικού αποθηκευτικού χώρου, τόσο για ξηρά τρόφιμα όσο και για τρόφιμα που διατηρούνται υπό ψύξη και κατάψυξη.

Προτείνεται η ύπαρξη διαφορετικών ραφιών-ντουλαπιών για τρόφιμα ιδιωτικής κατανάλωσης και για τα τρόφιμα οικοτεχνίας. Αναλόγως, προτείνεται η ύπαρξη διαφορετικών ψυγείων-καταψυκτών ή τουλάχιστον η σήμανση διαφορετικού χώρου εντός του ίδιου ψυγείου για τρόφιμα ιδιωτικής κατανάλωσης και τρόφιμα οικοτεχνίας. Το

ψυγείο δεν πρέπει να υπερφορτώνεται για να εξασφαλίζεται η καλή λειτουργία του.

- Κατά την παρασκευή τροφίμων οικιακής, πρόσβαση στο χώρο επιτρέπεται να έχουν μόνο όσοι εργάζονται για το σκοπό αυτό (π.χ. απαγορεύεται η είσοδος σε παιδιά και επισκέπτες).
- Οι τοίχοι, τα πατώματα, τα ντουλάπια, οι επιφάνειες (π.χ. πάγκοι, νεροχύτες) καθώς και ο εξοπλισμός (π.χ. μαχαίρια, μαγειρικά σκεύη) πρέπει να είναι από υλικά που μπορούν εύκολα να καθαριστούν και να διατηρούνται σε καλή κατάσταση.
- Οι επιφάνειες οι οποίες έρχονται σε επαφή με τρόφιμα (επιφάνειες εργασίας, επιφάνειες κοπής) θα πρέπει να είναι σε καλή κατάσταση και να μπορούν να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται εύκολα. Η κλασική υποδομή της οικιακής κουζίνας μπορεί να είναι ικανοποιητική εάν διατηρείται καθαρή και σε καλή κατάσταση συντήρησης (π.χ. οι πάγκοι εργασίας από laminate είναι αποδεκτοί αλλά δεν ισχύει το ίδιο για τις ξύλινες επιφάνειες που δεν έχουν επεξεργαστεί καταλλήλως για την αποφυγή συσσώρευσης ρύπων)

2. ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ

Το προσωπικό που εργάζεται σε μία επιχείρηση τροφίμων, μπορεί να αποτελεί την σημαντικότερη πηγή επιμόλυνσης των τροφίμων. Εάν το προσωπικό δεν είναι υγιές και δεν τηρεί τους κανόνες υγιεινής, μπορεί να προκαλέσει επιμόλυνση των τροφίμων με παθογόνους μικροοργανισμούς και όταν αυτά καταναλωθούν μπορεί να προκληθούν τροφικές δηλητηριάσεις. Είναι ηθική αλλά και νομική υποχρέωση των εργαζόμενων σε μια επιχείρηση τροφίμων να φροντίζουν την καθαριότητά τους και την υγεία τους κατά τη διάρκεια της εργασίας τους.

Εκτός του πιστοποιητικού υγείας το οποίο θα πρέπει να έχουν όσοι εργάζονται στην οικιακή, η τήρηση κάποιων απλών κανόνων προστατεύει το τρόφιμο και τους καταναλωτές από ανεπιθύμητους μικροοργανισμούς. Συγκεκριμένα:

- Το πλύσιμο των χεριών πρέπει να γίνεται σωστά με ζεστό νερό και σαπούνι και όχι επιπόλαια ή βιαστικά.
- Το πλύσιμο των χεριών γίνεται απαραίτητα:
 - πριν την επαφή με τα τρόφιμα

- μετά το χειρισμό ωμών τροφίμων
- όταν τα χέρια δείχνουν ακάθαρτα
- μετά από επίσκεψη στην τουαλέτα
- μετά από φτέρνισμα, βήξιμο
- μετά από επαφή με τα μαλλιά, τη μύτη, το στόμα
- μετά από επαφή με σκουπίδια ή χημικά (καθαριστικά, απολυμαντικά)
- Κατά την παρασκευή των τροφίμων όσοι εργάζονται πρέπει να φορούν καθαρή και κατάλληλη ενδυμασία
- Τα νύχια διατηρούνται πάντα κομμένα, κοντά και καθαρά. Η βαφή των νυχιών και τα ψεύτικα προστιθέμενα νύχια μπορεί να αποκολληθούν και να μολύνουν τα τρόφιμα και γι αυτό απαγορεύονται.
- Τα μαλλιά πρέπει να είναι μαζεμένα και καλυμμένα
- Δεν πρέπει να φοράμε κοσμήματα ούτε έντονα αρώματα
- Δεν καπνίζουμε
- Φοράμε γάντια, εφόσον χρειάζεται
- Τυχόν πληγές πρέπει να καλύπτονται με αδιάβροχο αυτοκόλλητο επίδεσμο, ώστε να αποφευχθεί η μόλυνση των τροφίμων με αίμα και μικροοργανισμούς
- Δεν βήχουμε πάνω από τρόφιμα, δεν βάζουμε το δάχτυλο στο στόμα/μύτη, δεν δοκιμάζουμε φαγητό με κουτάλι ή πιρούνι που έχει ξαναχρησιμοποιηθεί
- Δεν χειρίζομαστε τρόφιμα όταν είμαστε άρρωστοι (με εμετούς, διάρροιες, άλλες ιώσεις).

3. ΠΑΡΑΛΑΒΗ ΠΡΩΤΩΝ ΥΛΩΝ & ΑΠΟΘΗΚΕΥΣΗ

Εκτός των αγροτικών προϊόντων ίδιας παραγωγής, οι πρώτες ύλες οι οποίες θα χρησιμοποιηθούν για να παραχθούν τα τελικά προϊόντα θα πρέπει να επιλεγούν με προσοχή, διότι θα συμβάλλουν στην ποιότητα και την ασφάλεια των παραγόμενων τροφίμων.

Στο πλαίσιο αυτό απαιτείται η τήρηση των παρακάτω προϋποθέσεων:

- Αγορά πρώτων υλών από νομίμως λειτουργούσα επιχείρηση.
- Οι πρώτες ύλες θα πρέπει να έχουν τα **«φυσιολογικά οργανοληπτικά χαρακτηριστικά»** (χρώμα, εμφάνιση, οσμή κλπ), μετά από μακροσκοπικό έλεγχο. Χρησιμοποιούμε τις αισθήσεις μας (μάτια, μύτη, αφή) και αν εντοπίσουμε ανεπιθύμητες οσμές (όπως για παράδειγμα από χημικές ουσίες ή

καύσιμα), σημάδια αλλοίωσης (όπως για παράδειγμα μούχλα ή σήψη) ή μόλυνση των προϊόντων, δεν τις παραλαμβάνουμε.

- Η συσκευασία των πρώτων υλών θα πρέπει να είναι ακέραια, καθαρή και χωρίς σημάδια αλλοιώσεων, εξωτερικές φθορές και παραμορφώσεις.
- Δεν παραλαμβάνουμε προϊόντα των οποίων η ημερομηνία λήξης έχει παρέλθει.
- Η αποθήκευση των πρώτων υλών γίνεται σε ξεχωριστό χώρο από πρώτες ύλες για οικιακή κατανάλωση. Μόλις για ύπαρξη αρκετού χώρου ώστε να αποφεύγεται άναρχο στοίβαγμα.
- Η αποθήκευση των πρώτων υλών γίνεται υπό κατάλληλες συνθήκες θερμοκρασίας και υγρασίας. Τα ξηρά προϊόντα αποθηκεύονται, σε κλειστούς περιέκτες, σε θερμοκρασία περιβάλλοντος (περίπου 20° C) και σε ξηρό περιβάλλον. Τα προϊόντα ψύξης πρέπει να αποθηκεύονται σε θερμοκρασίες 0-5° C και τα προϊόντα κατάψυξης σε θερμοκρασία περί -18° C και χαμηλότερα. Οι θερμοκρασίες ψύξης και κατάψυξης πρέπει να παρακολουθούνται σε καθημερινή βάση, με καταγραφή σε αντίστοιχα αρχεία.
- Χρησιμοποιούμε διαφορετικά ψυγεία ή αν αυτό δεν είναι δυνατόν, τα έτοιμα προς κατανάλωση προϊόντα τοποθετούνται στα ψηλότερα ράφια του ψυγείου και οι πρώτες ύλες στα χαμηλότερα. Το σύνολο των τροφίμων που αποθηκεύονται στα ψυγεία πρέπει να είναι σκεπασμένα. Η απόψυξη των κατεψυγμένων πρώτων υλών γίνεται στο ψυγείο (1° C έως 5° C), με τοποθέτηση σε κατάλληλα δοχεία, στο κάτω ράφι του ψυγείου, ώστε να μην στάζουν σε άλλα τρόφιμα.

4. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΤΡΟΦΙΜΩΝ

Για κάθε προϊόν το οποίο παράγετε θα πρέπει να έχετε καταγράψει τα στάδια παρασκευής, τα σημαντικότερα μέτρα τα οποία λαμβάνετε και τα οποία πρέπει να εφαρμοστούν. Εφόσον τα προσδιορίσετε, διασφαλίστε ότι εφαρμόζετε τα επιθυμητά μέτρα καταγράφοντας σε ένα αρχείο ημερήσιας παραγωγής, τις δραστηριότητές σας. Κάτι τέτοιο θα βοηθήσει και εσάς για την οργάνωση της παραγωγής σας και τις Αρμόδιες Αρχές οι οποίες μπορεί να κάνουν επίσημο έλεγχο.

Ενδεικτικά σημεία που απαιτούν προσοχή από τον χειριστή:

- Χρησιμοποιείτε πάντα κατάλληλα, καθαρά σκεύη και αποφεύγετε να προετοιμάζετε και να μεταφέρετε τα τρόφιμα με γυμνά χέρια.

- Μην καθυστερείτε. Ο χειρισμός των τροφίμων, ιδίως αυτών που διατηρούνται υπό συνθήκες ψύξης και κατάψυξης, κατά την προετοιμασία πρέπει να είναι όσο το δυνατόν περισσότερο σύντομος.
- Πλένετε τα χέρια σας και τις επιφάνειες εργασίας τακτικά.
- Καθαρίζετε και απολυμαίνετε τους δίσκους κοπής/ τεμαχισμού, τα γυαλικά, τα σκεύη και τους πάγκους εργασίας ενδιάμεσα της προετοιμασίας των διαφόρων τροφίμων.
- Αντικαταστήστε τον εξοπλισμό και τα εργαλεία που έχουν φθαρεί ή δεν μπορούν να καθαριστούν.
- Καθαρίζετε ότι χυθεί αμέσως και απομακρύνετε τα σκουπίδια και τα υπολείμματα τροφών τακτικά.
- Εφόσον απαιτείται η απόψυξη κάποιων πρώτων υλών, χρησιμοποιείτε ψυγεία θερμοκρασίας 1-5° C ή άφθονο, τρεχούμενο νερό θερμοκρασίας μικρότερης των 21° C. Μην αποψύχετε τα τρόφιμα σε θερμοκρασία δωματίου. Ποτέ μην αποψύχετε τρόφιμα με ζεστό νερό. Χρησιμοποιείτε αμέσως ή τοποθετήστε στο ψυγείο τα τρόφιμα που αποψύχθηκαν.
- Όταν αναμιγνύονται ωμά αυγά σε έναν περιέκτη απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή, καθώς μικροοργανισμοί που μπορεί να προέρχονται από τα αυγά, επιμολύνουν το μίγμα. Για το λόγο αυτό, πρέπει να μαγειρεύονται αμέσως μετά την ανάμειξη ή να τοποθετούνται για διατήρηση σε θερμοκρασία στους 5° C. Οι περιέκτες που χρησιμοποιήθηκαν για την ανάμειξη πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται πριν επαναχρησιμοποιηθούν για νέα ανάμειξη.
- Τα φρούτα και τα λαχανικά δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με επιφάνειες εκτεθειμένες σε ωμό κρέας και κοτόπουλο. Τα εργαλεία και οι πάγκοι εργασίας θα πρέπει να καθαρίζονται και να απολυμαίνονται πριν τη χρήση. Τα φρούτα και τα λαχανικά πλένονται κάτω από τρεχούμενο νερό, ώστε να απομακρυνθούν χώμα και άλλοι ρύποι, πριν από την κοπή, το μαγείρεμα ή την ανάμειξη με άλλα συστατικά. Ειδικότερα για φυλλώδη λαχανικά, όπως το μαρούλι και το σπανάκι, τα εξωτερικά φύλλα να απομακρύνονται, ενώ τα υπόλοιπα να πλένονται επιμελώς.
- Εφόσον περιλαμβάνεται θερμική επεξεργασία (ψήσιμο, βράσιμο) βεβαιωθείτε ότι γίνεται στην κατάλληλη θερμοκρασία και τον κατάλληλο χρόνο. Φροντίζετε ώστε αυτά τα τρόφιμα να μην παραμένουν στην επικίνδυνη ζώνη θερμοκρασιών (5-60° C) για πάνω από 4 ώρες. Προτείνεται, πριν το πέρας του χρονικού αυτού διαστήματος, να τοποθετείται το τελικό προϊόν στο ψυγείο. Ποτέ όμως, μην

τοποθετείτε ζεστό φαγητό στο ψυγείο: Με τον τρόπο αυτό μπορεί να αυξηθεί η εσωτερική θερμοκρασία του ψυγείου τόσο ώστε να θέσει σε κίνδυνο άλλα τρόφιμα.

5. ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΧΩΡΩΝ ΚΑΙ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ ΜΕΤΑ ΤΟ ΠΕΡΑΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΙΩΝ

Ο σωστός καθαρισμός και απολύμανση αποτελεί βασικό μέτρο για την προστασία επιμόλυνσης των τροφίμων.

- Βεβαιωθείτε ότι έχουν απομακρυνθεί όλα τα τρόφιμα και τα υλικά συσκευασίας, πριν ξεκινήσετε τον καθαρισμό. Τοποθετείστε τις πρώτες ύλες και τα έτοιμα προς κατανάλωση τρόφιμα στους κατάλληλους αποθηκευτικούς χώρους (αποθήκες, ψυγεία, καταψύκτες κλπ). Σκεπάστε τα τρόφιμα που δεν είναι δυνατόν να απομακρυνθούν. Μην ξεκινήσετε την διαδικασία του καθαρισμού και απολύμανσης αν δεν έχετε βεβαιωθεί ότι όλα τα καθαρά σκεύη είναι αποθηκευμένα ή κατάλληλα προστατευμένα.
- Φορέστε κατάλληλη στολή εργασίας και γάντια καθαρισμού μίας χρήσεως.
- Χρησιμοποιείτε τις κατάλληλες ουσίες καθαρισμού, διαβάζοντας τις οδηγίες χρήσης τους προσεκτικά. Τα απορρυπαντικά και απολυμαντικά πρέπει να έχουν έγκριση των αρμοδίων αρχών για χώρους παρασκευής τροφίμων. Τα δοχεία των παραπάνω ουσιών πρέπει να έχουν ετικέτα με το όνομά τους και με τις οδηγίες χρήσης τους. Χρησιμοποιείτε τις κατάλληλες δόσεις, και μην αναμιγνύετε τις χημικές ουσίες καθαρισμού μεταξύ τους. Για να μετρήσετε την κατάλληλη δόση, χρησιμοποιείτε τα δοσομετρικά δοχεία και ποτέ τα δοχεία που μπορεί να χρησιμοποιηθούν για τρόφιμα. Μην προσθέτετε επιπλέον τις χημικές ουσίες καθαρισμού σε βρώμικα νερά ή νερά τα οποία έχουν ήδη χημικά. Πετάξτε τα βρώμικα νερά στην τουαλέτα (ποτέ σε νιπτήρα πλύσεως χεριών ή τροφίμων) και αν χρειάζεται, φτιάξτε νέο διάλυμα με καθαρό νερό και καθαριστικά. Μετά τη χρήση τους, τοποθετήστε τις χημικές ουσίες καθαρισμού μέσα σε ντουλάπες που κλειδώνουν. Πετάξτε τις άδειες, σπασμένες ή φθαρμένες συσκευασίες των χημικών. Ποτέ μην αλλάζετε τις ετικέτες στις συσκευασίες των χημικών ουσιών.
- Χρησιμοποιείτε τα κατάλληλα εργαλεία καθαρισμού. Τα εργαλεία (βούρτσες, σφουγγάρια, σφουγγαρίστρες, κουβάδες κλπ) πρέπει να διατηρούνται καθαρά, απολυμασμένα και σε καλή κατάσταση και πρέπει να είναι τέτοια ώστε να μην "τραυματίζουν" τον εξοπλισμό (π.χ. συρμάτινες βούρτσες σε ανοξείδωτο εξοπλισμό), ούτε και να αφήνουν μικρά κομμάτια που μπορεί να επιμολύνουν το προϊόν. Αντικαταστήστε τις βούρτσες που έχουν φθαρεί με καινούργιες, διότι

υπάρχει κίνδυνος οι τρίχες τους να βρεθούν στα τρόφιμα. Μετά τη χρήση τους, φυλάξτε τα εργαλεία σε ειδικές θέσεις ή ντουλάπες ώστε να μην λερώνονται. Απαγορεύεται να παραμένουν πεταμένα στο πάτωμα ή βουτηγμένα σε νερό. Πετάξτε τα χρησιμοποιημένα υλικά μιας χρήσης στο καλάθι των απορριμμάτων.

- Χρησιμοποιείτε διαφορετικά εργαλεία καθαρισμού ανάλογα με τις απαιτήσεις υγιεινής του χώρου (π.χ. διαφορετικοί κουβάδες και σφουγγαρίστρες για τις τουαλέτες, διαφορετικοί για την κουζίνα κλπ). Τα σφουγγάρια που χρησιμοποιούνται για το πλύσιμο σκευών δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για κανέναν άλλο λόγο. Οι βούρτσες και τα υπόλοιπα υλικά (βέτεξ κ.λπ.) για το καθάρισμα του νεροχύτη, δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται για το καθάρισμα των σκευών. Μην χρησιμοποιείτε ποτέ βρώμικες πετσέτες για το σκούπισμα επιφανειών, εξοπλισμού, σκευών ή εργαλείων.
- Χρησιμοποιείτε πάντα καθαρό πόσιμο νερό για την διαδικασία του καθαρισμού και το ξέπλυμα.
- Καθαρίζετε τακτικά και σύμφωνα με το πρόγραμμα καθαρισμού και απολύμανσης. Μετά από κάθε χρήση, καθαρίζετε τα σκεύη (κατσαρόλες, ταψιά κλπ), τα εργαλεία (μαχαίρια, σπάτουλες κλπ) και απολυμαίνετε τις επιφάνειες που ήρθαν σε επαφή με τα τρόφιμα (πάγκοι, επιφάνειες κοπής κλπ) και τον εξοπλισμό. Οφείλεται να τηρείται ένα πρόγραμμα καθαρισμού το οποίο αναφέρει τη συχνότητα καθαρισμού και απολύμανσης των χώρων και του εξοπλισμού, τα υλικά καθαρισμού και οδηγίες καθαρισμού. Επιπροσθέτως, τηρείται αρχείο καθαρισμού όπου σημειώνεται πότε καθαρίστηκε ο εξοπλισμός και ο χώρος.
- Καθαρίζετε σχολαστικά τους χώρους, τις επιφάνειες που έρχονται σε επαφή με τα χέρια (πόμολα ψυγείου), τα ψηλά σημεία, τις γωνίες, τα αποχετευτικά κανάλια. Ξεκινήστε τον καθαρισμό από τα ψηλά προς τα χαμηλά σημεία των χώρων και του εξοπλισμού.
- Απαγορεύεται να ψεκάζετε με απορρυπαντικά ή απολυμαντικά, επιφάνειες όπου υπάρχουν τρόφιμα.
- Ξεπλένετε καλά. Μετά τη χρήση απορρυπαντικών ή απολυμαντικών ουσιών, ο εξοπλισμός, οι επιφάνειες και τα εργαλεία θα πρέπει να ξεπλένονται καλά με άφθονο νερό.
- Μην επιτρέπετε να συσσωρεύονται απορρίμματα.

6. ΚΑΤΑΠΟΛΕΜΗΣΗ ΤΡΩΚΤΙΚΩΝ, ΕΝΤΟΜΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΒΛΑΒΩΝ ΖΩΩΝ

Στους χώρους όπου υπάρχουν τρόφιμα συχνά συναντώνται κάποιοι βλαβεροί οργανισμοί όπως τρωκτικά, έντομα και πουλιά. Οι οργανισμοί αυτοί, αλλά και τα κατοικίδια ζώα, (όπως οι γάτες και οι σκύλοι), απαγορεύεται να βρίσκονται σε χώρους παρασκευής τροφίμων. Θεωρούνται βλαβεροί διότι καταστρέφουν τα τρόφιμα αλλά και επειδή μπορεί να μεταφέρουν και να μεταδώσουν σοβαρές αρρώστιες στον άνθρωπο.

Στη συνέχεια, παρατίθενται οδηγίες για την πρόληψη του εν λόγω προβλήματος:

- Φροντίστε ώστε οι πόρτες και τα παράθυρα να παραμένουν κλειστά ή να έχουν σήτες. Τυχόν φθορές και ανοίγματα πρέπει να επισκευάζονται άμεσα
- Διατηρείτε όλους τους χώρους σχολαστικά καθαρούς, δίνοντας σημασία σε λεπτομέρειες, καθαρίζοντας τις γωνίες, τις αποχετεύσεις και τις σχισμές.
- Απομακρύνετε τα απορρίμματα από τους χώρους των τροφίμων και αδειάζετε, καθαρίζετε και απολυμαίνετε τους κάδους των απορριμμάτων τακτικά.
- Λήψη μέτρων πρόληψης και καταπολέμησης εντόμων και τρωκτικών. Συστήνεται η χρήση μηχανικών παγίδων σύλληψης. **Δεν χρησιμοποιούνται χημικά σκευάσματα στον χώρο κατά τη διάρκεια παρασκευής, ούτε σε αποθηκευτικούς χώρους παρουσία τροφίμων.** Κατά τη χρήση σκευασμάτων, ακολουθούνται πιστά οι οδηγίες χρήσης. Επαναφέρετε τα τρόφιμα στο χώρο όταν παρέλθει το προτεινόμενο χρονικό διάστημα που αναγράφεται στις οδηγίες του σκευάσματος. Τηρείται αρχείο απεντόμωσης-μυοκτονίας όπου αναφέρονται οι εφαρμογές που έχουν γίνει, τα ευρήματα από τις παγίδες και σε ποια σημεία έχουν τοποθετηθεί αυτές.
- Μην τοποθετείτε τίποτε στο πάτωμα αλλά μόνο πάνω σε ράφια ή παλέτες. Ελέγχετε τα αποθηκευμένα τρόφιμα για ίχνη από έντομα και τρωκτικά.

ΥΛΙΚΑ ΣΕ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΡΟΦΙΜΑ

Η επιμόλυνση των τροφίμων μπορεί να προκύψει από την επαφή με υλικά ακατάλληλα για τρόφιμα. Η προσοχή πρέπει να εστιάζεται στις παρακάτω περιπτώσεις:

- Επιφάνειες χώρου (π.χ. πάγκοι, νεροχύτες, επιφάνειες κοπής)
- Εξοπλισμός (π.χ. κουτάλες, μαχαιροπήρουνα, σκεύη, κατσαρόλες, μπολ)
- Συσκευασία τελικού προϊόντος

Όλα τα προαναφερθέντα πρέπει να είναι κατασκευασμένα από υλικά κατάλληλα για επαφή με τρόφιμα. Ως επί το πλείστον, δεν υπάρχει σοβαρός κίνδυνος στις δύο πρώτες κατηγορίες εφόσον η προμήθειά τους γίνεται από νομίμως λειτουργούσες επιχειρήσεις. Προτείνεται η χρήση ανοξειδωτού νεροχύτη (αποφεύγεται σαν υλικό το μάρμαρο). Απαιτείται προσοχή κατά την αγορά πλαστικών σκευών (μπολ, τάπερ, κουτάλες, πιάτα). Εφόσον τα σκεύη αυτά αγοράζονται σε επίπεδο λιανικής πώλησης (π.χ. supermarket) απαιτείται η ύπαρξη σήμανσης κατάλληλο για τρόφιμα, καθώς

και η τήρηση οδηγιών ή περιορισμών κατά τη χρήση, εφόσον αναγράφονται. Στην περίπτωση που αγοράζονται απευθείας από τον προμηθευτή, ζητείται από μέρους του σχετικό πιστοποιητικό καταλληλότητας (Δήλωση Συμμόρφωσης) σύμφωνα με την Ενωσιακή Νομοθεσία 1935/2004 και 10/2011, αφού πρώτα έχει ενημερωθεί ο προμηθευτής για την χρήση των σκευών (θερμοκρασία χρήσης, είδος τροφίμου που θα έρθει σε επαφή).

Για τα υλικά συσκευασίας θα πρέπει γενικά να γνωρίζετε ότι:

- Το γυαλί είναι ένα κατά κανόνα αδρανές υλικό και δεν επηρεάζει το τρόφιμο.
- Τα χαρτί μπορεί να χρησιμοποιηθεί εφόσον πληροί τις προδιαγραφές του Κώδικα Τροφίμων και Ποτών. Αποφεύγεται η χρήση ανακυκλωμένου χαρτιού σε άμεση επαφή με τρόφιμο.
- Για τα πλαστικά, απαιτείται η Δήλωση Συμμόρφωσης

Σημειώνεται ότι πρέπει να λαμβάνεται μέριμνα για το σύνολο της συσκευασίας. Για παράδειγμα, εφόσον συσκευάζεται μία μαρμελάδα σε γυάλινο βάζο, πρέπει να πληρούνται οι προϋποθέσεις χρήσης του πώματος (δεδομένου ότι συνήθως είναι μεταλλικό και περιέχει και πλαστικά μέρη). Οπότε απαιτείται η Δήλωση Συμμόρφωσης για τα πώματα που χρησιμοποιούνται στα γυάλινα βάζα.

ΤΗΡΗΣΗ ΑΡΧΕΙΟΥ

Είναι απαραίτητο να τηρείτε ένα αρχείο με τις εργασίες και τα τρόφιμα τα οποία παρασκευάσατε και προορίζονται για πώληση ως προϊόντα οικοτεχνίας.

Ευδεικτικά παρατίθεται το check list ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

| | | |
|---|--|----------------------------|
| Ημερομηνία παραγωγής: | | |
| Κάντε ✓ στο κουτί εφόσον συμφωνείτε, διαφορετικά σημειώστε τη διορθωτική ενέργεια που λάβατε | | |
| <u>ΠΡΟΣΩΠΙΚΗ ΥΓΙΕΙΝΗ</u> | | Διορθωτική ενέργεια |
| Καθαρή ενδυμασία (ποδιές, σκουφιά) | | |
| Δε φοράμε κοσμήματα | | |
| Πλένουμε τα χέρια | | |
| Αν έχουμε αμυχές, πληγές, είναι καλυμμένες | | |
| Δεν είμαστε άρρωστοι | | |
| Δεν μας ενοχλεί κανείς (παιδιά, μωρά, κατοικίδια) | | |
| ΝΕΡΟΧΥΤΗΣ ΓΙΑ ΧΕΡΙΑ | | |
| Ζεστό νερό | | |
| Σαπούνι | | |
| Καθαρές πετσέτες | | |
| ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ | | |
| Καθαρές πετσέτες | | |
| Χημικά καθαριστικά μακριά από τα τρόφιμα | | |
| Καθαρά εργαλεία πριν ξεκινήσουμε την παραγωγή | | |
| ΕΛΕΓΧΟΣ Α΄ ΥΛΩΝ | | |
| Καλή ποιότητα-κατάσταση αγροτικού προϊόντος | | |
| Βοηθητικές ύλες εντός των ημερομηνιών λήξης | | |
| ΠΑΡΟΥΣΙΑ | | |

| | | |
|---|--|--|
| ΕΝΤΟΜΩΝ ΤΡΩΚΤΙΚΩΝ | | |
| Κλειστές πόρτες- παράθυρα | | |
| Υπάρχουν έντομα στο χώρο; (μύγες, μυρμήγκια κλπ) | | |
| ΕΛΕΓΧΟΣ ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΩΝ | | |
| Θερμοκρασία ψυγείου (Πρέπει να είναι μικρότερη από 7°C) | | |
| Θερμοκρασίες /Χρόνος θέρμανσης Σημειώστε ποιοι είναι και πόσες φορές χρειάστηκε να επαναλάβετε | | |
| Τι παρασκευάσατε; Περιγράψτε προϊόν, ποσότητες, για ποιον προορίζονται, καθώς και ημερομηνία παραγωγής | | |
| | | |
| Τέλος παραγωγής | | |
| Καθαριότητα δαπέδου | | |
| Καθαριότητα επιφανειών | | |
| Καθαριότητα εξοπλισμού | | |
| Υπάρχουν πεταμένα τρόφιμα; | | |
| Άδειασμα κάδων | | |
| Όποιο τρόφιμο απαιτεί ψύξη, είναι στο ψυγείο; | | |

| | |
|------------------|--|
| Υπογραφή: | |
|------------------|--|

ΙΧΝΗΛΑΣΙΜΟΤΗΤΑ

Ο Κανονισμός 178/2002 ορίζει την υποχρέωση των επιχειρήσεων τροφίμων ως προς την τήρηση συστήματος ιχνηλασιμότητας. Με άλλα λόγια, ο υπεύθυνος της επιχείρησης οφείλει να γνωρίζει για κάθε προϊόν που παρασκευάζει από πού έχει προμηθευτεί τις πρώτες ύλες. Στο πλαίσιο αυτό, καλείται να τηρεί αρχείο στο οποίο καταγράφει τα προϊόντα που παράγει ανά ημέρα (είδος προϊόντος και ημερομηνία παραγωγής ή/και ανάλωσης κατά προτίμηση) σε αντιστοιχία με το είδος της πρώτων υλών που χρησιμοποιήθηκαν (είδος πρώτης ύλης, αριθμός παρτίδας, ημερομηνία ανάλωσης). Με τον τρόπο αυτό, σε περιπτώσεις ανάκλησης τελικού προϊόντος ή πρώτης ύλης, ο υπεύθυνος της επιχείρησης είναι σε θέση να αποσύρει άμεσα την πρώτη ύλη που χρησιμοποίησε ή τα τελικά προϊόντα που παρασκεύασε αντιστοίχως.

ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΤΕ.....

Η λειτουργία μιας οικοτεχνίας μπορεί να παρουσιάσει συγκεκριμένα προβλήματα τα οποία οφείλετε να γνωρίζετε και να αποφύγετε:

1. Επιμόλυνση των τροφίμων εξαιτίας:

- Καθημερινών οικιακών δραστηριοτήτων. Θα πρέπει η προετοιμασία των τροφίμων που προορίζονται για οικιακή κατανάλωση (καθημερινό μαγείρεμα) να γίνονται εντελώς ξεχωριστά (σε άλλο χρόνο αν όχι σε άλλο χώρο) από τα τρόφιμα τα οποία θα παραχθούν με σκοπό την πώληση
- Ελλιπή υγιεινή. Όταν δεν πλένετε συχνά και καλά τα χέρια σας, ειδικά μετά την επίσκεψη στην τουαλέτα, την επαφή σας με σκουπίδια ή με βρώμικες πετσέτες, ακάθαρτα εργαλεία, εξοπλισμό κτλ.
- Εργασία όταν είστε ασθενείς, ειδικά όταν έχετε συμπτώματα όπως ο εμετός, διάρροια, ανοικτές δερματικές πληγές, βήχα, συμπτώματα γρίπης και μολύνσεις στο στόμα, στο λαιμό, στα μάτια ή τα αυτιά
- Αλλάζετε ή ταΐζετε μωρά στους χώρους που παρασκευάζετε τρόφιμα
- Περνούν κατοικίδια ή άλλα ζώα από το χώρο παρασκευής
- Όταν ο χώρος παρασκευής είναι πολύ μικρός

2. Παραγωγή μεγάλης ποσότητας τροφίμων σε σχέση με το μέγεθος του χώρου παρασκευής

3. Ανεπαρκές ή ακατάλληλο ψυγείο για να κρατά τα τρόφιμα που απαιτούν ψύξη

4. Έλλειψη εξοπλισμού ώστε να κάνει γρήγορη ψύξη μετά το ζέσταμα

Το τρόφιμο μπορεί να καταναλωθεί από ευπαθείς ομάδες πληθυσμού όπως είναι τα παιδιά, οι έγκυες και ηλικιωμένοι.