Le lait propre et sain

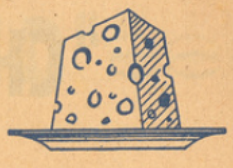
Numéro d'inventaire : 2023.35.27
Auteur(s) : Centre interdépartemental d'éducation sanitaire (Lille)
Type de document : imprimé divers
Période de création : 3e quart 20e siècle
Date de création : 1958
Inscriptions :
• inscription : Silic et Anc. Ets Maeght
• lieu d'édition inscrit : Lille
Matériau(x) et technique(s) : papier
Description : Dépliant imprimé en bleu et rouge. Illustrations en bleu et blanc.
Mesures : hauteur : 27 cm ; largeur : 21 cm (dépliant fermé)
largeur : 63 cm
Notes : Édité avec le concours du comité Départemental pour le lait propre et sain, de la caisse régionale et des caisses primaires de Sécurité sociale et de l'Union régionale des sociétés de secours minières du Nord.
Mots-clés : Éducation à la santé et à la sexualité
Morale (y compris morale corporelle : hygiène)
Lieu(x) de création : Lille
Utilisation / destination : enseignement, hygiène
Autres descriptions : Langue : français
Nombre de pages : non paginé
Commentaire pagination : 6 p.
ill. en coul.

Le LAIT PROPRE et SAIN

est un facteur de Santé !...

- ***C'est un aliment COMPLET***

il renferme **les trois catégories** de principes nutritifs : des albumines, des graisses, des sucres.



- ***C'est un aliment ÉQUILIBRÉ***

Un litre de lait contient environ :

outre les Vitamines	30 gr. de Caséine	(albumines)
et les Sels Minéraux	35 gr. de Beurre	(graisses)
	50 gr. de Lactose	(sucres)

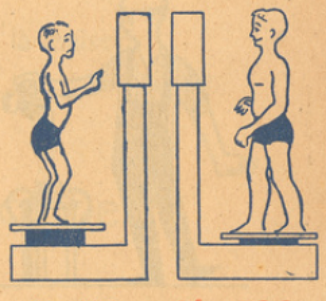
- ***C'est un aliment NOURRISSANT***

Un litre de lait donne **près de 650 calories**
(près du tiers des besoins quotidiens d'un adulte)

Dans plusieurs écoles de Lille (lors d'un essai effectué en 1933) certains groupes d'enfants ont bénéficié, en complément de leur alimentation habituelle, de la **distribution quotidienne d'un demi-litre de lait,** tandis que les autres groupes d'enfants de ces mêmes écoles, servant de "témoins", n'en recevaient pas.

A la fin de l'essai, **l'augmentation de poids** des premiers dépassait celles des seconds de **près d'un kilo.**

Augmentation moyenne



0 k. 660 sans supplément — 1 k. 590 avec de lait

Donnez du lait aux écoliers !

le ***LAIT*** *est l'****aliment-type*** *de la* ***CROISSANCE***

Pour avoir un LAIT PROPRE et SAIN

il faut se plier aux exigences de la

"CHAINE DE LA PROPRETÉ"

En effet, les microbes profitent de toutes les négligences.
Pour éviter la pollulation microbienne, *le lait exige :*

Propreté des étables.
Propreté et santé des vaches.
Propreté des mains et santé du trayeur.
Propreté et assainissement de la vaisselle laitière.
Propreté du lait par filtration sur ouate après la traite.
Propreté des ustensiles chez le collecteur-transformateur.
Propreté des mesures chez le détaillant.
Propreté du lait à la maison.

Un lait malpropre peut provoquer certaines maladies

La "CHAINE DE LA PROPRETÉ" protège la SANTÉ

Pour avoir un LAIT PROPRE et SAIN

il faut se plier aux exigences de la

"CHAINE DU FROID"

En effet, les microbes aiment une douce tiédeur.
Pour éviter la pullulation microbienne, *le lait exige :*

- d'être **refroidi** aussitôt après la traite ;
- d'être conservé **au frais** hors de l'étable, et de ne pas être exposé au soleil en attendant son ramassage ;
- d'être **refroidi** brusquement après sa pasteurisation ;
- d'être transporté aux heures **fraîches** de la journée, quand on ne dispose pas de voitures isothermes ;
- d'être conservé **au frais** chez le détaillant, et non pas à la vitrine, sauf si elle est **réfrigérée** ;
- d'être **refroidi** aussitôt après l'ébullition à la maison ;
- d'être conservé à l'endroit **le plus frais** de la maison.

Le **froid** est l'ennemi des microbes

Le **froid** est l'ami du

LAIT PROPRE et SAIN

Les DIVERSES SORTES de LAIT

- Le "Lait cru des étables patentées"

est un lait propre et sain mais qui, par précaution **doit être bouilli avant d'être consommé.**

- Le Lait stérilisé en bouteilles

à petit goulot et à bouchon couronne est un lait parfaitement propre et sain, comme le **lait conservé** en boîtes métalliques, mais dont la durée de conservation est encore limitée.
Il doit être conservé au frais, à l'abri de la lumière.
Aussi longtemps que l'on n'a pas ouvert le flacon il est exempt de microbes dangereux et n'a pas besoin d'être soumis à l'ébullition avant d'être utilisé.
Un flacon ouvert doit être consommé dans la journée.

- Le Lait pasteurisé en bidons

qui peut donner aux insouciants une fausse sécurité **et qui ne doit être consommé qu'après ébullition** est appelé à être progressivement remplacé par :

- Le Lait pasteurisé conditionné

en flacons à large goulot et à capsule d'aluminium,

- **propre et sain,** grâce à la pasteurisation ;
- **agréable,** ayant conservé le goût du lait frais ;
- **complet** par sa valeur nutritive et ses vitamines.

(voir détails page suivante)

LE LAIT PASTEURISÉ CONDITIONNÉ

en flacons capsulés

garde ses qualités et ses avantages

à condition de

- **s'en approvisionner au jour le jour** auprès d'un détaillant bien équipé (par ex. avec une glacière) ;
- **s'assurer de sa fraîcheur** en vérifiant la capsule ;
- en prendre livraison **dans la bouteille d'origine** ;
- **ne pas accepter le transvasement** dans un autre récipient ;
- **maintenir** en permanence la bouteille dans l'endroit **le plus frais de la maison** ;
- ne l'ouvrir qu'**au moment de l'emploi** ;
- **recouvrir le flacon** décapsulé avec un linge propre et sec ;
- l'utiliser **dans la journée.**

Quand on n'est pas certain que toutes ces précautions ont été prises
(ce qui neutralise ses avantages et altère ses qualités) et
quand on emploie un lait pasteurisé pour un NOURRISSON
il faut le faire bouillir comme un lait ordinaire

Attention

Le LAIT est un aliment PRÉCIEUX et FRAGILE