

# PIQUE-NIQUE SANS HIC

Vive les pique-niques pour profiter du beau temps!  
Sachez aussi éviter les désagréments.

## C'EST L'ÉTÉ DEHORS. C'EST L'HIVER DANS LA GLACIÈRE!

1. Utilisez une glacière de qualité.
2. Réfrigérez quelques heures tous les aliments que vous mettrez ensuite dans la glacière. L'intérieur reste ainsi froid plus longtemps.



3. Mettez plusieurs éléments réfrigérants ou bouteilles d'eau glacée dans la glacière. Mieux vaut trop que pas assez!

4. Déposez les éléments réfrigérants sur le dessus des aliments, puisque le froid descend.

5. Gardez toujours la glacière à l'ombre, avant de manger, ainsi qu'après.

6. Sortez les aliments uniquement au moment de passer à table.

7. Rangez les restes dans la glacière tout de suite après le repas.

8. Au retour, conservez uniquement les aliments périssables qui sont encore froids.



## BONNE SAISON DES PIQUE-NIQUES!

