


GLANHAU YN EFFEITHIOL



Mae glanhau effeithiol yn hanfodol er mwyn cael gwared ar facteria niweidiol a'u hatal rhag lledaenu. Mae glanhau hefyd yn bwysig i atal plâu.

| PWYNT DIOGELWCH | PAM? | SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN? |
|--|--|---|
| <p>Mae angen glanhau a diheintio mewn dau gam:</p> <p>1. Glanhau: Gan ddefnyddio naill ai dŵr poeth, dŵr a sebon neu gynnyrch glanhau (fel glanweithydd), golchwch faw, saim a darnau gweladwy o arwynebau/offer a'u sychu neu eu rinsio.</p> <p>2. Diheintio: Gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr, defnyddiwch ddiheintydd (fel glanweithydd) ar hyd yr arwynebau/offer a gadael iddo i sefyll am yr amser cyswllt gofynnol.</p> | <p>Dim ond os bydd arwynebau wedi'u glanhau'n drylwyr i gael gwared ar saim a baw arall cyn dechrau y bydd diheintyddion cemegol yn gweithio.</p> | <p>Ydych chi'n glanhau ac yn diheintio mewn dau gam?</p> <p>Ydw Nac ydw</p> <p>A yw'ch staff wedi'u hyfforddi i lanhau mewn dau gam?</p> <p>Ydw Nac ydy</p> |
| <p>Cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr/safonau BS EN:</p> <p>Wrth ddefnyddio diheintyddion neu lanweithyddion, dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar y label bob amser. Dylai'r cyfarwyddiadau hyn ddweud wrthynt sut i wanhau'r cynnyrch yn gywir a pha mor hir y mae angen i chi adael y cynnyrch ar yr arwyneb/offer er mwyn lleihau bacteria niweidiol i lefelau diogel. Dylai glanweithyddion a diheintyddion fodloni safonau perthnasol, naill ai BS EN 1276 neu BS EN 13697.</p> | <p>Mae hyn yn bwysig i sicrhau bod cemegion yn gweithio'n effeithiol.</p> | <p>Ble ydych chi'n cadw gwybodaeth i gadarnhau bod eich diheintyddion neu lanweithyddion yn bodloni safonau BS EN 1276 neu BS EN 13697?</p> |
| <p>Mae'n bwysig iawn glanhau a diheintio arwynebau ac offer yn drylwyr ar ôl eu defnyddio ar gyfer bwyd amrwd, a chyn paratoi bwydydd parod i'w bwyta.</p> | <p>Bydd hyn yn helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu o fwyd amrwd i fwyd parod i'w fwyta.</p>  | |




GLANHAU BLAENORIAETH UCHEL

| PWYNT DIOGELWCH | PAM? | SUT YDYCH CHI’N GWNEUD HYN? |
|--|--|--|
| <p>Golchwch/sychwch a diheintiwch yn rheolaidd yr holl eitemau y mae pobl yn eu cyffwrdd yn aml, fel arwynebau gwaith, sinciau, tapiau, dolenni drysau, switshis, dyfeisiau agor caniau, tiliau, ffonau a chloriannau.</p> | <p>Bydd hyn yn helpu i atal baw a bacteria rhag lledaenu i ddwylo pobl ac yna i fwyd neu i ardaloedd eraill.</p> <p>Mae sychu’n naturiol yn helpu i atal bacteria rhag lledaenu yn ôl i’r eitemau hyn ar dywel/cadach a ddefnyddir i’w sychu.</p> | <p>Pa mor aml ydych chi’n glanhau ac yn diheintio eitemau y mae pobl yn cyffwrdd â nhw yn aml?</p> |
| |  | |
| <p>Cofiwch lanhau a diheintio oergelloedd yn rheolaidd ar adeg pan nad oes llawer o fwyd ynddynt. Dylech drosglwyddo bwyd i oergell arall neu i ardal oer ddiogel a’i gadw dan orchudd.</p> | <p>Er mwyn glanhau oergell yn drylwyr, dylech dynnu’r holl fwyd allan a’i gadw’n oer yn rhywle arall. Os caiff bwyd ei adael allan ar dymheredd yr ystafell, gallai bacteria dyfu.</p> | <p>Pa mor aml ydych chi’n glanhau ac yn diheintio oergelloedd?</p> |
| |  | |
| <p>Yn ddelfrydol, defnyddiwch beiriant golchi llestri. Peidiwch â gorrwytho’r peiriant golchi llestri a gwnewch yn siŵr ei fod yn cael ei gynnal a’i gadw a’i wasanaethu’n rheolaidd.</p> <p>Os nad oes gennych beiriant golchi llestri, golchwch blatiau, offer ac ati, mewn dŵr poeth â sebon gan ddefnyddio glanedydd sy’n lladd bacteria.</p> <p>Yn ddelfrydol, dylid defnyddio sinciau ar wahân i olchi offer a ddefnyddir ar gyfer bwyd amrwd ac offer a ddefnyddir ar gyfer bwyd parod i’w fwyta.</p> <p>Os oes rhaid i chi ddefnyddio’r un sinc, rhaid newid y dŵr a rhaid glanhau a diheintio’r sinc (gan gynnwys yr holl dapiau/ffitiadau) yn drylwyr gan ddilyn y dull glanhau dau gam rhwng bob defnydd.</p> | <p>Mae peiriannau golchi llestri yn golchi eitemau’n drylwyr ar dymheredd uchel, felly mae hon yn ffordd dda o lanhau offer a lladd bacteria (diheintio) a chael gwared ar alergenau. Os ydych chi’n gorrwytho’r peiriant golchi llestri, efallai na fydd golchi’n effeithiol.</p> <p>Mae glanhau a diheintio yn bwysig er mwyn atal bacteria rhag lledaenu o fwyd amrwd i fwyd parod i’w fwyta.</p> | <p>Oes gennych chi beiriant golchi llestri?</p> <p>Oes Nac oes</p> <p>Os ddim, oes gennych chi sinciau ar wahân ar gyfer golchi offer/cyfarpar sydd wedi’i ddefnyddio ar gyfer bwyd amrwd a bwyd parod i’w fwyta?</p> <p>Oes Nac oes</p> <p>Os mai dim ond un sinc sydd gennych, a ydych chi’n ei lanhau a’i ddiheintio (gan gynnwys y tapiau/ffitiadau eraill) gan ddilyn y dull glanhau dau gam rhwng bob defnydd?</p> <p>Ydw Nac ydw</p> |
| |  | |



GLANHAU O FATH ARALL

| PWYNT DIOGELWCH | PAM? |
|---|---|
| <p>Nid yw eitemau nad ydynt yn cyffwrdd â bwyd yr un mor bwysig ond er hynny dylid eu glanhau'n effeithiol, er enghraifft ardaloedd storio sych a lloriau.</p> <p>Cymerwch ofal wrth lanhau lloriau fel nad oes unrhyw arwynebau eraill yn cael eu halogi drwy dasgu</p> <p>Ar gyfer offer neu ardaloedd sy'n anodd eu glanhau, gallech ystyried cyflogi contractiwr glanhau.</p> | <p>Mae hyn yn atal baw a bacteria rhag cronni yn y gegin. Mae hefyd yn cael gwared ar unrhyw fwyd sydd ar y llawr, sy'n gallu denu plâu e.e. llygod a chwilod du.</p> <p>Mae gan lanhawyr contract offer arbennig a phrofiad o lanhau pethau anoddach.</p>  |

MEDDYLIWCH DDWYWAITH!

Er mwyn glanhau'n effeithiol, mae angen mynd ati mewn dau gam. Dim ond ar arwynebau glân y mae hylifau diheintio yn gweithio. Defnyddiwch gynnyrch glanhau bob tro i gael gwared ar faw a saim gweladwy cyn mynd ati i ddiheintio. Edrychwch ar gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr

Pan fyddwch yn glanhau, cofiwch symud y bwyd o'r ffordd neu ei orchuddio a newid eich dillad amddiffynnol. Mae hyn er mwyn atal baw, bacteria neu gemegion glanhau rhag mynd i mewn i fwyd.

| RHEOLI | PAM? | SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN? |
|---|---|---|
| Cofiwch lenwi'r amserlen lanhau yn y dyddiadur i ddangos sut ydych chi'n rheoli'r gwaith glanhau yn eich busnes. (Darllenwch y dull diogel 'Eich amserlen lanhau'). | Er mwyn sicrhau bod staff yn gwybod beth i'w lanhau a phryd a sut i wneud hynny. | Ydych chi wedi llenwi'r amserlen lanhau yn y dyddiadur? Ydw Nac ydw Os nad ydych chi wedi gwneud hyn, ydych chi'n defnyddio amserlen lanhau arall? Ydw Nac ydw |
| Gwnewch yn siŵr bod gennych ddigon o gemegion, deunyddiau ac offer glanhau bob amser. Gallai fod yn ddefnyddiol rhoi nodyn yn eich dyddiadur i'ch atgoffa pan fydd gofyn i chi brynu mwy. | Mae staff yn fwy tebygol o lanhau'n iawn os yw'r cemegion, y deunyddiau a'r offer glanhau iawn ar gael. | A ydych chi'n sicrhau bod gennych gyflenwad da o gynhyrchion glanhau? Ydw Nac ydw |

| BETH I'W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH | SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> Os gwelwch fod unrhyw eitem yn eich cegin heb ei glanhau'n iawn, ewch ati i'w golchi a'i diheintio a'i gadael i sychu. | <ul style="list-style-type: none"> Adolygwch eich amserlen lanhau, gan gynnwys sut ydych chi'n glanhau a pha mor aml. Gwnewch yn siŵr bod eich cemegion, eich deunyddiau a'ch offer glanhau yn addas i'r tasgau dan sylw a'u bod yn cael eu defnyddio'n gywir. Ewch ati i hyfforddi staff eto ar y dull diogel hwn. Cymerwch gamau ychwanegol i oruchwylio staff. |

Nodwch beth aeth o'i le a sut aethoch chi i'r afael â'r sefyllfa yn eich dyddiadur.

