

GLANHAU'N EFFEITHIOL



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

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
Mae angen glanhau a diheintio mewn dau gam: 1. Glanhau: Gan ddefnyddio naill ai dŵr poeth, dŵr a sebon neu gynnyrch glanhau (fel glânweithydd), golchwch faw, saim a darnau gwladwy o arwynebau/offer a'u sychu neu eu rinsio. 2. Diheintio: Gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr, defnyddiwch ddiheintydd (fel glânweithydd) ar yr holl arwynebau/offer a gadewch i sefyll am yr amser cyswllt gofynnol.	Dim ond os bydd arwynebau wedi'u glanhau'n drylwyr i gael gwared ar sailm a baw arall cyn dechrau y bydd diheintwyr cemegol yn gweithio. Mae hyn yn bwysig i sicrhau bod cemegion yn gweithio'n effeithiol.	Ydych chi'n glanhau ac yn diheintio mewn dau gam? Ydw Nac ydw A yw'ch staff wedi'u hyfforddi ar sut i lanhau mewn dau gam? Ydyn Nac ydyn
Cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr / safonau BS EN: Wrth ddefnyddio diheintyddion neu lânweithyddion, dilynwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr ar y label fel eich bod chi'n gwanhau'r cynnyrch yn gywir a'i gadael ar yr arwyneb/offer am yr amser cywir i leihau bacteria niweidiol i lefelau diogel. Dylai'r cynhyrchion hyn fodloni safonau BS EN 1276 neu BS EN 13697.	Bydd y cyfarwyddiadau yn dweud wrthyhch sut i wanhau a defnyddio glânweithyddion/diheintyddion yn gywir. Mae hyn yn bwysig i sicrhau bod glânweithyddion/diheintyddion yn gweithio'n effeithiol.	Ble ydych chi'n cadw gwybodaeth i gadarnhau bod eich diheintyddion neu lânweithyddion yn bodloni safonau BS EN 1276 neu BS EN 13697?
Ceisiwch gadw'ch siop yn lân ac yn dactylus trwy'r amser, e.e. mopio gollyngiadau cyn gynted ag y byddant yn digwydd a sicrhau nad ydy sbwriel yn cronni. Glanhewch a diheintiwch y lloriau, y cownteri a'r storfeydd ac ati, yn rheolaidd.	Os gwnewch hyn, mae'n llawer cyflymach ac yn haws cadw'ch siop yn lân. Mae hyn yn atal baw a bacteria rhag cronni. Mae hefyd yn cael gwared ar unrhyw fwyd sydd wedi cwmpo ar y llawr, a all ddenu plâu, e.e. llygod a chwilod duon.	
Glanhewch a diheintiwch oergelloedd yn rheolaidd. Yn ddelfrydol, trosglwyddwch fwyd i oergell arall neu ardal oer a glân addas wrth i chi wneud hyn.	Os caiff bwyd ei adael allan ar dymheredd ystafell, gallai bacteria dyfu.	
Os ydych chi'n gwerthu bwyd heb ei lapio neu'n paratoi ac yn lapio bwydydd eich hun Dylech chi lanhau a diheintio yn rheolaidd yr holl eitemau y mae pobl yn eu cyffwrdd yn aml, fel arwynebau gwaith, sinciau, tapiau, dolenni drysau, offer, dyfeisiau agor caniau, tiliau, ffonau, cloriannau a switshis. Lle bo modd, gadewch i'r rhain sychu'n naturiol.	Mae'n bwysig cadw'r arwynebau hyn ac arwynebau eraill y mae pobl yn cyffwrdd â nhw yn rheolaidd yn lân i atal baw a bacteria rhag lledaenu i ddwylo pobl, ac ynâ o'u dwylo i fwyd neu i ardaloedd eraill. Mae sychu'n naturiol yn helpu i atal bacteria rhag lledaenu yn ôl i'r eitemau hyn.	
Defnyddiwch gadachau tafladwy lle bynnag y bo modd a'u taflu ar ôl pob tasg. Os ydych chi'n defnyddio cadachau y gellir eu hailddefnyddio, gwnewch yn siŵr eu bod yn cael eu golchi'n drylwyr, eu diheintio a'u sychu'n iawn rhwng tasgau (nid dim ond pan maen nhw'n edrych yn fudr). Yn ddelfrydol, golchwch gadachau mewn peiriant golchi dillad ar osodiad poeth iawn, e.e. 90°C. Os ydych chi'n golchi ac yn diheintio cadachau â llaw, gwnewch yn siŵr eich bod wedi cael gwared ar yr holl fwyd a baw trwy olchi mewn dŵr poeth a sebon cyn i chi eu diheintio, gan ddefnyddio dŵr berwedig neu ddiheintydd addas, gan ddilyn cyfarwyddiadau'r gwneuthurwr (nid yw cannydd yn ddiheintydd addas).	Bydd hyn yn sicrhau na fydd unrhyw facteria ac alergenau a godir gan y cadach yn cael eu lledaenu i ardaloedd eraill. Gall defnyddio cadachau budr lledaenu bacteria ac alergenau yn hawdd iawn. Bydd gosodiad golchi poeth yn glanhau cadachau yn drylwyr ac yn lladd bacteria (diheintio). Os yw bwyd neu faw yn dal i fod ar y cadachau, bydd hyn yn atal y broses ddiheintio rhag bod yn effeithiol, felly mae'n bosibl na fydd bacteria niweidiol yn cael eu lladd.	Ydych chi'n defnyddio cadachau tafladwy? Ydw Nac ydw Os nad ydych, sut ydych chi'n glanhau'ch cadachau?



GLANHAU ARALL

PWYNT DIOGELWCH	PAM?
Glanhewch, diheintiwch a sychwch yr holl offer yn drylwyr: Yn ddelfrydol, defnyddiwch beiriant golchi llestri. Peidiwch â gorrwytho'r peiriant golchi llestri a gnewch yn siŵr ei fod yn cael ei gynnal a'i gadw a'i wasanaethu'n rheolaidd. Os nad oes gennych beiriant golchi llestri, golchwch blatiau, offer ac ati, mewn dŵr poeth a sebon gan ddefnyddio glanedydd sy'n lladd bacteria. Dylech gael gwared ar sailm ac unrhyw fwyd a baw, yna trochi popeth mewn dŵr glân poeth iawn. Gadewch i sychu, neu sychwch gyda lliain tafladwy glân.	Mae peiriannau golchi llestri yn golchi eitemau'n drylwyr ar dymheredd dŵr uchel gyda phwysedd dŵr uchel felly mae hon yn ffordd dda o lanhau offer, lladd bacteria (diheintio) a chael gwared ar alergenau. Os ydych chi'n gorrwytho'r peiriant golchi llestri, efallai na fydd yn glanhau nac yn diheintio'n effeithiol. Mae glanhau a diheintio yn bwysig er mwyn atal bacteria rhag lledaenu o fwyd amrwd i fwyd parod i'w fwyta. 

MEDDYLIWCH DDWYWAITH!

Mae angen glanhau'n effeithiol mewn dau gam. Bydd diheintyddion ond yn gweithio ar arwynebau glân. Defnyddiwch gynnyrch glanhau bob amser i gael gwared ar faw a sailm gweladwy cyn diheintio. Gwiriwch gyfarwyddiadau'r gwneuthurwr bob amser am y lefel wanhau gywir a'r amser cyswllt priodol ar gyfer diheintyddion neu lanweithyddion.

Wrth i chi lanhau, cofiwch roi bwyd heb ei lapio o'r neilltu, neu ei orchuddio, a gwisgwch ddillad amddiffynnol. Mae hyn er mwyn atal baw, bacteria neu gemegion glanhau rhag lledaenu 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.	I 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
Gnewch 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 i brynu mwy.	Mae staff yn llai tebygol o lanhau'n iawn os nad yw'r cemegion, y deunyddiau a'r offer glanhau iawn ar gael.	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
- Os byddwch yn canfod ardaloedd yn eich siop nad ydynt yn lân, ewch ati i'w glanhau cyn gynted â phosibl. Os ydych yn gwerthu bwydydd heb eu pecynnu ymlaen llaw: - Os ydych yn sylwi ar gadach budr mewn ardal lle caiff bwyd heb ei lapio ei drin, ewch i'w lanhau ar unwaith neu taflwch y cadach. - Os nad yw arwynebau gwaith, offer ac ati neu eitemau eraill a allai gyffwrdd â bwyd heb ei lapio wedi eu glanhau'n iawn, neu os ydynt wedi cyffwrdd â chadach budr, golchwch a diheintiwch nhw a'u gadael i sychu'n naturiol. - Os yw bwyd heb ei lapio wedi cyffwrdd ag arwynebau gwaith, offer a chadachau nad ydynt wedi'u glanhau'n iawn, taflwch y bwyd.	- Adolygwch eich gweithdrefnau glanhau, gan gynnwys sut ydych chi'n glanhau a pha mor aml. - Gnewch 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 iawn. - Ystyriwch ddefnyddio cadachau tafladwy os nad ydych yn eu defnyddio yn barod. - Ewch ati i wella hyfforddiant staff o ran dulliau glanhau. - Ewch ati i wella'r drefn o oruchwylio staff.

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

