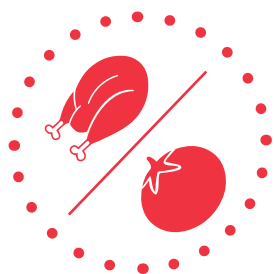


.....
**ATODIAD BWYD
MWY DIOGEL,
BUSNES GWELL
I GARTREFI GOFAL
PRESWYL**
.....



SUT I DDEFNYDDIO'R ATODIAD HWN

Croeso i becyn Bwyd Mwy Diogel, Busnes Gwell i gartrefi gofal preswyl

A YW'R ATODIAD HWN YN BERTHNASOL I MI?



Mae pobl hŷn yn fwy tebygol o ddiodef o wenwyn bwyd a chael eu taro'n wael gan fod heneiddio yn gwanhau gallu'r system imiwnedd i ymladd heintiau. Felly mae'n bwysig cymryd gofal ychwanegol wrth drin bwyd ar gyfer pobl mewn gofal preswyl.

Mae'r atodiad hwn ar gyfer cartrefi gofal bach sy'n paratoi ac yn coginio bwyd ar gyfer pobl sy'n derbyn gofal preswyl hirdymor neu fyrdymor. Ni fwriedir iddo gael ei ddefnyddio mewn cartrefi nyrsio.

SUT MAE'R ATODIAD HWN YN WAHANOL I'R PECYN AR GYFER ARLWYWYR?

Mae'r dulliau diogel yn yr atodiad hwn yn cwmpasu'r materion diogelwch bwyd penodol canlynol sy'n codi mewn cartrefi gofal:

- Gofal ychwanegol: diogelu bwyd
- Ceginau bach
- Rhoddion bwyd

Bydd y rhain yn eich helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu rhwng gweddill y cartref gofal a'r gegin. Bydd angen i chi ddefnyddio'r atodiad hwn ar y cyd â'r pecyn Bwyd mwy diogel, busnes gwell i arlwywyr ac nid ar ei ben ei hun.

SUT MAE'R ATODIAD HWN YN GWEITHIO?

Os ydych wedi cwblhau'r pecyn arlwywyr, byddwch eisoes yn gyfarwydd â'r dulliau diogel a sut i'w cwblhau.

Pan fyddwch wedi darllen yr atodiad o'r dechrau i'r diwedd a chwblhau'r dulliau diogel perthnasol a'r cofnod cwblhau dulliau diogel newydd, rhwch y dulliau diogel yn adran briodol y pecyn.

Pan fyddwch wedi cwblhau'r holl adrannau, sicrhewch eich bod chi a'ch staff (sef unrhyw un sy'n gweithio gyda bwyd mewn cartref gofal):

- yn dilyn y dulliau diogel bob amser
- yn llenwi'r dyddiadur bob dydd

Cofiwch, ni fydd y dulliau diogel yn yr atodiad yn darparu system rheoli diogelwch bwyd ynddynt eu hunain. Dylid defnyddio'r atodiad ochr yn ochr â'ch pecyn arlwywyr.

PWY DDYLAI FOD YN GYFRIFOL AM YR ATODIAD?

Dylai'r unigolyn sy'n gyfrifol am y prif becyn ddarllen yr atodiad hefyd. Mae'n syniad da cynnwys staff eraill er mwyn sicrhau bod y pecyn o gymorth yn eich cartref gofal. Dylai'r pecyn fod ar gael yn y busnes bob amser.

OS WYF YN DEFNYDDIO BWYD MWY DIOGEL, BUSNES GWELL, A OES UNRHYW OFYNIION ERAILL Y MAE GOFYN I MI EU DILYN?

Fel rhan o'ch cofrestriad fel darparwr cartref gofal, bydd angen i chi gydymffurfio â'r safonau ar gyfer gwasanaethau a reoleiddir gan yr Awdurdod Rheoleiddio a Gwella Ansawdd (RQIA). Gallwch gael mwy o wybodaeth am y safonau drwy ffonio 0289536 1111 neu drwy fynd i www.rqia.org.uk/guidance/standards/.

Mae'n ofynnol hefyd bod gan bob cartref gofal bolisi rheoli heintiau. I gael cyngor pellach gallwch gyfeirio at 'Prevention and control of infection in care homes' gan yr Adran Iechyd.

SUT ALLA I ARCHEBU COPI O 'BWYD MWY DIOGEL, BUSNES GWELL?'

Mae'r pecyn ar gael i'w lawrlwytho oddi ar wefan yr Asiantaeth Safonau Bwyd drwy: www.food.gov.uk/wales/about-fsa-wales/cymru/cyngor/sfbbwelsh/sfbb-arlwywyr-cymraeg

A OES RHAGOR O WYBODAETH AR GAEL?

I gael rhagor o wybodaeth am Listeria, sef math o facteria sy'n gallu achosi problemau difrifol i'r henoed, cymerwch gip ar y dudalen hon: www.food.gov.uk/wales/about-fsa-wales/cymru/cyngor/gwenwyn-bwyd/listeriacym

Mae rhagor o wybodaeth am gofrestru fel cartref gofal yng Nghymru ar gael drwy : www.aggcc.org.uk

I gael rhagor o wybodaeth am reoli heintiau o fewn cartrefi gofal, ewch i www.dh.gov.uk/publications (Saesneg yn unig) neu ffoniwch 0300 7900 126



GOFAL YCHWANEGOL: DIOGELU BWYD



Mae'n bwysig iawn diogelu bwyd rhag bacteria niweidiol a allai gael eu lledaenu gan weithgareddau eraill yn y cartref gofal.

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
<p>Golchi dwylo</p> <p>Dylai unrhyw un sy'n gweithio gyda bwyd olchi eu dwylo cyn ei drin.</p> <p>Yn arbennig, dylai pobl â dyletswyddau gofal olchi eu dwylo hefyd ar ôl:</p> <ul style="list-style-type: none"> • helpu preswylwyr e.e. i ddefnyddio'r toiled • gwacáu padelli gwely neu ddefnyddio offer meddygol • cyffwrdd â lliainiau a dillad budr • cyffwrdd ag anifeiliaid anwes neu eu powlenni bwyd <p>I gael rhagor o gyngor, cymerwch gip ar y dull diogel 'Golchi dwylo' yn adran 'Glanhau' y pecyn arlwywyr.</p>	<p>Gall bacteria niweidiol ledaenu'n hawdd iawn o ddwylo pobl i fwyd, arwynebau gwaith ac offer. Golchi dwylo yw un o'r ffyrdd gorau i atal y bacteria hyn rhag lledaenu ac atal croeshalogi.</p> 	<p>Sut ydych chi'n sicrhau bod staff yn golchi eu dwylo ar yr adegau hyn?</p> <div style="border: 1px solid red; height: 150px; width: 100%;"></div>
<p>Storio a pharatoi bwyd</p> <ul style="list-style-type: none"> • Peidiwch â defnyddio bwyd ar ôl ei ddyddiad 'defnyddio erbyn' • Gwnewch yn siŵr eich bod yn cynnal yr oergelloedd ar dymheredd 5°C neu is. • Dilynwch y cyfarwyddiadau storio ar labeli bwyd. Defnyddiwch fwyd sydd ar agor o fewn deuddydd oni bai bod y label yn nodi fel arall • Cadwch fwyd sy'n barod i'w fwyta wedi'i oeri • Dylid cadw bwydydd sydd ddim yn cynnwys alergenau ar wahân lle bo modd er mwyn lleihau'r risg o groeshalogi. 	<p>Gall pobl hŷn fod yn fwy tebygol o ddiodeff o wenwyn bwyd. Bydd y gwiriadau hyn yn helpu i ddiogelu preswylwyr rhag bacteria fel Listeria monocytogenes a allai achosi salwch. I gael mwy o wybodaeth ewch i wefan yr ASB.</p>	<p>A yw'r staff wedi'u hyfforddi i gynnal y gwiriadau hyn?</p> <p>Ydyn Nac ydyn</p>
<p>Damweiniau</p> <p>Pan fyddwch yn glanhau ar ôl damweiniau (e.e. chwydu neu ddolur rhydd) sicrhewch eich bod yn golchi ac yn diheintio'r ardal yn drylwyr.</p> <p>Sicrhewch eich bod yn gwisgo dillad addas, ffedog a menig tafladwy yn ddelfrydol, a'ch bod yn golchi eich dwylo yn drylwyr wedi hynny.</p>	<p>Mae hyn yn atal bacteria niweidiol rhag lledaenu i fannau paratoi bwyd.</p>	<p>Sut ydych chi'n gwneud hyn?</p> <div style="border: 1px solid red; height: 100px; width: 100%;"></div>
<p>Prydau</p> <p>Os bydd staff gofal yn helpu yn ystod prydau, dylent olchi eu dwylo a gwisgo ffedog lân neu dafladwy cyn gweini bwyd neu fwydo preswylwyr.</p> <p>Dylai staff sicrhau bod ymwelwyr yn golchi eu dwylo yn drylwyr cyn helpu i fwydo preswylwyr.</p> <p>Ni ddylid caniatáu i ymwelwyr fynd i mewn i'r gegin.</p>	<p>Mae hyn yn helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu i fwyd o ddwylo neu ddillad gwaith.</p> 	<p>A yw staff gofal wedi'u hyfforddi i olchi eu dwylo a gwisgo ffedogau cyn gweini bwyd?</p> <p>Ydyn Nac ydyn</p> <p>Pâ fath o ffedog mae staff gofal yn ei gwisgo wrth helpu gyda phrydau?</p> <div style="border: 1px solid red; height: 40px; width: 100%;"></div>



PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
<p>Golchi dillad</p> <p>Yn ddelfrydol, dylai eich cyfleusterau golchi dillad fod ar wahân i'ch cegin.</p> <p>Os nad oes gennych gyfleusterau ar wahân, peidiwch â dod â dillad budr i mewn i'r cegin tra bod y bwyd yn cael ei baratoi.</p> <p>Peidiwch â rhoi dillad budr na basgedi dillad ar arwynebau gwaith.</p>	<p>Mae hyn yn helpu i atal bacteria niweidiol rhag lledaenu o ddillad budr i fwyd.</p>	<p>A oes gennych gyfleusterau golchi dillad ar wahân?</p> <p>Oes Nac oes</p> <p>Os 'nac oes', beth ydych chi'n ei wneud?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>
<p>Cadachau ac offer glanhau</p> <p>Peidiwch â gadael i gadachau cegin ac offer eraill i lanhau'r cegin, fel mopiau, gael eu defnyddio y tu allan i'r cegin. Yn ddelfrydol, defnyddiwch gadachau tafladwy neu dywelion papur lle bynnag y bo'n bosibl.</p> <p>Cadwch eitemau sy'n ymwneud ag alergenau penodol i ffwrdd o eitemau glanhau cyffredinol i leihau croeshalogi.</p>	<p>Mae hyn yn atal bacteria niweidiol rhag lledaenu i'r cegin.</p> 	<p>Sut ydych chi'n cadw cadachau cegin ac offer glanhau ar wahân i'r rhai a ddefnyddir y tu allan i'r cegin?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>
<p>Meddyginiaethau</p> <p>Yn ddelfrydol, dylid storio meddyginiaethau y mae angen eu cadwyn yr oergell ar wahân i'r bwyd.</p>	<p>Mae hyn yn helpu i osgoi croeshalogi.</p>	<p>Sut ydych chi'n cadw meddyginiaethau ar wahân i fwyd?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>
<p>Anifeiliaid anwes</p> <p>Os oes gennych unrhyw anifeiliaid anwes yn y cartref gofal, peidiwch â gadael iddynt (neu eu powlenni bwyd neu offer eraill) ddod i mewn i'r cegin neu fannau eraill lle caiff bwyd ei baratoi / storio.</p>	<p>Gall anifeiliaid anwes a'u powlenni / offer ledaenu bacteria niweidiol i fwyd.</p> 	<p>A oes gennych unrhyw anifeiliaid anwes yn y cartref gofal?</p> <p>Oes Nac oes</p> <p>Os 'oes', beth ydych chi'n ei wneud i sicrhau bod anifeiliaid anwes a'u powlenni bwyd yn cael eu cadw allan o'r cegin ac ardaloedd storio?</p> <div style="border: 1px solid black; height: 40px; width: 100%;"></div>

BETH I'W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH	SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO
<ul style="list-style-type: none"> • Os ydych yn credu nad yw staff wedi golchi eu dwylo cyn paratoi bwyd, gofynnwch iddynt olchi eu dwylo ar unwaith a thafllwch unrhyw fwyd y maent wedi cyffwrdd ag ef. • Os nad yw aelod o staff yn gwisgo ffedog lân neu dafladwy wrth weini bwyd, gofynnwch iddo wisgo un ar unwaith a rhwch fwyd newydd yn lle'r bwyd y mae wedi'i weini. • Os ydych yn credu bod cadach cegin wedi cael ei ddefnyddio mewn ardal arall o'r cartref gofal, tafllwch y cadach. • Os yw dillad budr neu fasged dillad wedi'u rhoi ar arwyneb gwaith, ewch ati i'w symud a golchwch a diheintiwch yr arwyneb. • Golchwch a diheintiwch unrhyw offer, arwyneb neu declyn y mae anifeiliaid anwes wedi cyffwrdd â nhw. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sicrhewch fod staff yn ymwybodol o bwysigrwydd golchi dwylo'n drylwyr. • Sicrhewch fod digon o ffedogau a chadachau tafladwy ar gael. • Adolygwch weithdrefnau'r cartref gofal. • Sicrhewch nad yw anifeiliaid anwes yn dod i mewn i'r cegin. • Ewch ati i hyfforddi staff unwaith eto ar y dull diogel hwn. • Ewch ati i wella'r drefn o oruchwylio staff.

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



CEGINAU BACH



Mae'n bwysig bod manau paratoi a storio bwyd y tu allan i'r brif gegin yn cael eu cadw'n lân.

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
<p>Mae gan rai cartrefi gofal geginau a manau paratoi bwyd ychwanegol y gall preswylwyr a staff eu defnyddio. Cyfeirir at y rhain weithiau fel ceginau bach, ceginau lloeren neu geginau gweini.</p> <p>Dylech gynnwys y ceginau bach a'r manau storio bwyd hyn ar eich amserlen lanhau, neu dylai fod gennych amserlen lanhau ar wahân ar eu cyfer.</p> <p>Efallai y byddwch hefyd am nodi pwy sy'n gyfrifol am y gwaith glanhau.</p> <p>Bydd yr eitemau a nodwch yn dibynnu ar yr offer sydd yn y gegin fach. Efallai y byddwch am gynnwys trolïau gweini, hambyrddau ac offer eraill a ddefnyddir i weini bwyd.</p>	<p>Mae angen cadw unrhyw fan lle y caiff bwyd ei baratoi neu ei storio yn lân. Bydd cynnwys ceginau bach ar eich amserlen lanhau yn helpu staff i'w cofio.</p> 	<p>A ydych chi wedi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ychwanegu eich cegin fach / ceginau bach at eich amserlen lanhau? <p>Ydw Nac ydw</p> <ul style="list-style-type: none"> ysgrifennu amserlen lanhau ar wahân? <p>Ydw Nac ydw</p>
<p>Ychwanegwch wiriadau ar gyfer unrhyw geginau bach at eich gwiriadau agor a chau, neu sicrhewch fod gennych restr ar wahân o wiriadau agor a chau.</p> <p>Os ydych yn ysgrifennu rhestr ar wahân, bydd y gwiriadau yn dibynnu ar sut y defnyddir y gegin, ond maent yn debygol o fod yn debyg i'r gwiriadau agor a chau ar gyfer y brif gegin.</p>	<p>Mae hyn yn helpu i gynnal safonau hylendid bwyd yn y manau hyn.</p> 	<p>A ydych chi wedi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ychwanegu eich cegin fach / ceginau bach at eich gwiriadau agor a chau a'ch gwiriadau ychwanegol? <p>Ydw Nac ydw</p> <ul style="list-style-type: none"> ysgrifennu gwiriadau agor a chau ar wahân? <p>Ydw Nac ydw</p>
<p>Sicrhewch fod y gegin fach yn lân bob amser cyn paratoi neu weini prydau, yn enwedig os caiff ei defnyddio hefyd gan breswylwyr heb oruchwyliaeth.</p> <p>Yn ddelfrydol, dylech ddefnyddio cadachau tafladwy a thyweli papur yn y gegin fach. Os ydych yn defnyddio cadachau mwy nag unwaith, dylech sicrhau eu bod wedi'u golchi a'u diheintio'n drylwyr (mae cyngor ar lanhau yn yr adrannau Dull Diogel: Cadachau a Dull diogel: Glanhau'n Effeithiol).</p> <p>Sicrhewch fod bwydydd heb alergenau yn cael eu storio ar wahân lle bo modd, a bod ardaloedd paratoi yn cael eu glanhau'n drylwyr ar ôl trin alergenau.</p>	<p>Mae'n bwysig iawn glanhau ac yna diheintio arwynebau gwaith a manau neu offer eraill sy'n dod i gysylltiad â bwyd, hyd yn oed os nad ydynt yn edrych yn fudr. Mae hyn am na allwch fod yn siŵr sut y cawsant eu defnyddio ymlaen llaw, a gallai fod bacteria neu alergenau niweidiol arnynt.</p>	<p>Sut ydych chi'n sicrhau bod y gegin fach yn lân cyn paratoi bwyd?</p> <div data-bbox="1034 1731 1468 1863" style="border: 1px solid black; height: 59px; width: 100%;"></div>



MEDDYLIWCH DDWYWAITH!

Efallai y byddwch hefyd am ystyried ychwanegu ceginau bach at ddulliau diogel perthnasol eraill, er enghraifft rheoli plâu a gwaith cynnal a chadw.

BETH I'W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH

- Os gwelwch nad yw arwynebau gwaith neu offer mewn cegin fach yn lân, ewch ati i'w golchi, eu diheintio a'u sychu cyn eu defnyddio i baratoi bwyd.
- Os gwelwch fod problem mewn cegin fach, er enghraifft arwyddion o blâu, cymerwch gamau ar unwaith a gwnewch nodyn yn y dyddiadur.

SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO

- Adolygwch eich amserlen lanhau ar gyfer y gegin fach.
- Adolygwch eich gwiriadau agor a chau ar gyfer y gegin fach.
- Ewch ati i hyfforddi staff unwaith eto ar y dull diogel hwn.
- Ewch ati i wella'r drefn o oruchwylio staff.

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




RHODDION BWYD



Mae'n bwysig sicrhau bod unrhyw fwydydd a roddir fel anrhegion neu roddion yn ddiogel i breswylwyr eu bwyta.

PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI'N GWNEUD HYN?
<p>Cyngor i ymwelwyr</p> <p>Mae'n syniad da rhoi cyngor i deulu a ffrindiau ynghylch sut i sicrhau y bydd y bwyd a ddeuant fel anrhegion yn ddiogel i'w fwyta. Gallai hyn gynnwys cyngor megis:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mae'n well dod â bwydydd risg isel fel ffrwythau wedi'u golchi, bisgedi a siocled Peidiwch â dod â bwyd poeth Peidiwch â defnyddio wy amrwd mewn bwydydd na chânt eu coginio'n drylwyr, fel mousse, eisin a phwdinau Storiwch a chlodwch fwydydd cartref neu fwydydd heb eu pecynnu mewn cynhwysydd glân â chaead arno Sicrhewch fod unrhyw fwydydd â dyddiad 'defnyddio erbyn', bwydydd wedi'u coginio, neu gacennau a phwdinau sy'n cynnwys hufen yn cael eu cadw yn yr oergell. Mae'n syniad da cludo'r mathau hyn o fwydydd mewn bag neu focs oeri, yn enwedig mewn tywydd poeth Dylid cyfyngu ar fwyd sy'n rhodd neu'n anrheg, e.e. bwyd sydd â dyddiad 'defnyddio erbyn' nad oes angen ei oeri <p>Efallai y byddwch am gadw cofnod ysgrifenedig o'r cyngor hwn ar gyfer teulu a ffrindiau, a sicrhewch fod eich holl staff yn gwybod amdano.</p>	<p>Ni allwch fod yn siŵr bod bwyd y bydd teulu a ffrindiau yn ei ddod i'r cartref wedi cael ei drin yn ddiogel, felly mae'n well annog pobl i ddod â bwydydd sy'n peri llai o risg.</p> 	<p>A oes gennych gyngor ysgrifenedig ar gyfer teulu a ffrindiau?</p> <p>Oes Nac oes</p> <p>Os 'oes', a yw'n cwmpasu'r pwyntiau diogelwch a restrir?</p> <p>Ydy Nac oes</p> <p>Os 'nac ydy', pa gyngor ydych chi'n ei roi?</p> <div data-bbox="1034 875 1471 1281" style="border: 1px solid black; height: 180px; width: 100%;"></div> <p>Sut ydych chi'n rhoi gwybod i deulu a ffrindiau am y cyngor hwn?</p> <div data-bbox="1034 1375 1471 1621" style="border: 1px solid black; height: 110px; width: 100%;"></div>
<p>Storio bwyd</p> <p>Os bydd teulu neu ffrindiau yn dod â bwyd y mae angen ei gadw'n oer, sicrhewch eich bod yn ei roi yn yr oergell os na chaiff ei fwyta ar unwaith.</p> <p>Yn ddelfrydol, dylid cadw rhoddion bwyd ar wahân i brif oergell y cartref gofal. Mae'n syniad da labelu bwyd wedi'i oeri sy'n barod i'w fwyta â'r dyddiad a'r amser y caiff ei roi yn yr oergell, yn ogystal ag ysgrifennu enw'r person ar y label.</p> <p>Dylid cadw bwydydd nad oes angen eu hoeri, fel bisgedi, mewn cynhwysydd glân â chaead arno.</p>	<p>Mae angen cadw bwydydd wedi'u hoeri yn oer er mwyn eu cadw'n ddiogel ac atal bacteria niweidiol rhag tyfu.</p> <p>Mae hyn yn helpu staff i gadw cofnod o'r amser y daeth y bwyd i mewn i'r cartref, ac ar gyfer pwy mae'r bwyd hwnnw.</p> <p>Mae hyn yn helpu i ddiogelu'r bwyd rhag bacteria niweidiol ac atal plâu.</p>	



PWYNT DIOGELWCH	PAM?	SUT YDYCH CHI’N GWNEUD HYN?
<p>Rhoddion Bwyd</p> <p>Os ydych yn derbyn rhoddion bwyd gan archfarchnad, elusen neu sefydliad arall, bydd angen i chi fod yn hyderus eu bod yn trin bwyd yn ddiogel.</p> <p>Cofiwch ystyried y pethau canlynol:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A yw’r bwyd wedi’i storio, ei becynnu a’i gludo mewn ffordd hylan? • A yw’r deunydd pecynnu wedi’i ddifrodi? • A gaiff bwydydd wedi’u hoeri a’u rhewi eu cadw’n oer / wedi’u rhewi hyd nes y cânt eu dosbarthu? • A yw bwydydd wedi cyrraedd eu dyddiad ‘defnyddio erbyn’ pan gânt eu dosbarthu? Peidiwch byth â defnyddio bwydydd ar ôl eu dyddiad ‘defnyddio erbyn’ <p>Os na allwch fod yn hyderus bod y sefydliad sy’n rhoi’r bwyd yn ei drin yn ddiogel, mae’n well peidio â derbyn rhoddion bwyd gan y sefydliad hwnnw, neu dderbyn bwydydd risg isel yn unig, megis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bwydydd â dyddiad ‘ar ei orau cyn’ e.e. tuniau neu fisgedi • Bwydydd eraill nad oes angen eu hoeri e.e. ffrwythau a llysiau 	<p>Mae’n hanfodol eich bod yn sicrhau bod unrhyw fwyd a dderbyniwch fel rhodd yn ddiogel i breswylwyr ei fwyta.</p> 	<p>Rhestrwch yr archfarchnadoedd, yr elusennau a’r sefydliadau eraill yr ydych yn derbyn bwyd ganddynt a’r mathau o fwydydd yr ydych yn eu derbyn.</p>
<p>Cofnodion</p> <p>Os daw nodyn dosbarthu gyda’r rhodd bwyd, cadwch hwn gyda’r nodiadau eraill gan eich cyflenwyr bwyd. Os nad oes nodyn dosbarthu manwl, ysgrifennwch y manylion yn y dyddiadur, gan gynnwys enw’r sefydliad a pha fwydydd yr ydych wedi’u derbyn.</p>	<p>Os bydd problem gyda bwyd penodol bydd gennych gofnod clir o ble y daeth y bwyd.</p>	<p>Beth ydych chi’n ei wneud?</p>

DYDDIADAU ‘DEFNYDDIO ERBYN’ AC ‘AR EI ORAU CYN’ – BETH YW YSTYR Y TERMAU HYN?

Dyddiad ‘defnyddio erbyn’ – peidiwch â defnyddio na gweini unrhyw fwyd ar ôl y dyddiad hwn. Hyd yn oed os bydd yn edrych ac yn aroglu’n iawn, gallai bwyta bwyd ar ôl y dyddiad ‘defnyddio erbyn’ wneud eich preswylwyr yn sâl.

Dyddiad ‘ar ei orau cyn’ – dylai bwyd fod yn ddiogel i’w fwyta ar ôl y dyddiad ‘ar ei orau cyn’, ond gallai ddechrau colli ei flas a’i ansawdd. Mae wyau yn eithriad – dylent bob amser gael eu defnyddio erbyn y dyddiad ‘ar ei orau cyn’.

BETH I’W WNEUD OS AIFF PETHAU O CHWITH

- Os bydd gennych unrhyw amheuan ynghylch diogelwch rhoddion bwyd, taflwch y bwyd.
- Os bydd teulu neu ffrindiau preswlydd yn dod â mathau anaddas o fwyd fel anrhegion, trafodwch eich cyngor â nhw a dywedwch pam fod hyn yn bwysig.

SUT I ATAL HYN RHAG DIGWYDD ETO

- Siaradwch â sefydliadau sy’n rhoi bwyd am eich pryderon.
- Sicrhewch fod eich holl staff, preswylwyr ac ymwelwyr yn gwybod eich cyngor ar roddion bwyd.
- Adolygwch y gweithdrefnau a sicrhewch fod yr holl staff yn ymwybodol o unrhyw newidiadau.

Nodwch beth aeth o’i le a sut yr aethoch i’r afael â’r sefyllfa yn eich dyddiadur



DULL DIOGEL:

BWYD MWY DIOGEL, BUSNES GWELL I GARTREFI GOFAL PRESWYL: COFNOD CWBLHAU DULLIAU DIOGEL



I gwblhau'r pecyn, mae angen i chi weithio drwy bob adran a chwblhau'r holl ddulliau diogel sy'n berthnasol i'ch busnes. **Bydd angen i'r rhan fwyaf o gartrefi gofal preswyl gwblhau'r holl ddulliau.** Ond, er enghraifft, os nad yw cartref yn cadw bwyd yn boeth ni fydd y dull 'Cadw bwyd yn boeth' yn berthnasol.

Nid oes gwahaniaeth ym mha drefn y byddwch yn darllen ac yn cwblhau'r dulliau diogel. Wrth i chi gwblhau pob un, ewch ati i lenwi'r cofnod hwn. Pan fyddwch wedi cwblhau'r holl ddulliau diogel sy'n berthnasol i'ch busnes, bydd y daflen hon yn dangos eich bod wedi cwblhau'r pecyn cyfan.

DULL DIOGEL	DYDDIAD	LLOFNOD	TICIWCH OS NAD YW'R DULL DIOGEL YN BERTHNASOL
Croeshalogi			
Hylendid personol			
Cadachau			
Gwahanu bwydydd			
Alergeddau bwyd			
Halogi ffisegol a chemegol			
Rheoli plâu			
Cynnal a chadw			
Gofal ychwanegol: diogelu bwyd			
Glanhau			
Golchi dwylo			
Glanhau'n effeithiol			
Clirio a glanhau wrth weithio			
Eich amserlen lánhau			
Ceginau bach			



BWYD MWY DIOGEL, BUSNES GWELL I GARTREFI GOFAL PRESWYL: COFNOD CWBLHAU DULLIAU DIOGEL

Parhad

DULL DIOGEL	DYDDIAD	LLOFNOD	TICIWCH OS NAD YW'R DULL DIOGEL YN BERTHNASOL
Oeri			
Storio ac arddangos bwyd oer			
Oeri bwyd poeth			
Dadmer			
Rhewi			
Coginio			
Coginio'n ddiogel			
Bwydydd sydd angen gofal ychwanegol			
Ailgynhesu			
Bwrw golwg dros eich bwydlen			
Cadw bwyd yn boeth			
Bwydydd parod i'w bwyta			
Rheoli			
Gwiriadau agor a chau			
Gwiriadau ychwanegol			
Profi			
Rheoli gwybodaeth alergenau bwyd			
Hyfforddiant a goruchwyliaeth			
Cwsmeriaid			
Cyflenwyr a chontractwyr			
Rheoli stoc			
Rhoddion bwyd			