

# Segment Pedwar - Osgoi Halogiad

Yn y segment olaf buom yn siarad am hylendid personol.

Felly, rydych yn gwybod sut i ddiogelu bwyd rhag unrhyw beth y gallech chi ei wneud yn ddamweiniol.

Nid ydym yn gwybod yn union ble rydych yn gweithio ond mae'n debygol eich bod yn defnyddio offer a chyfarpar yn y gwaith hefyd. Mewn geiriau eraill, mae bwyd yn dod i gysylltiad â llawer o bethau yn ogystal â chi.

Mae'n rhaid i ni nawr edrych ar safleoedd, fel y gallwn atal yr haint o'r ffynhonnell honno, yn ogystal ag oddi wrthym ni ein hunain. Bydd y math o safle yn amrywio o ffatri bysgod i siop bysgod neu siop pysgod a sglodion. Mae'r rheoliadau adeiladu a hylendid yn wahanol ar gyfer pob un o'r rhain.

## NODAU'R SEGMENT HWN

Prif nod y segment hwn yw eich helpu i gyflawni Amcan 4 - *Disgrifio safleoedd a chyfleusterau addas at ddibenion trin bwyd.*

Ar ddiwedd y segment byddwch yn gallu:

- Nodi nodweddion cyffredinol yr ardal waith sy'n cynyddu'r risg o halogiad;
- Argymhell camau ar gyfer lleihau'r risg o halogiad;
- Dewis ddeunyddiau a ddefnyddir wrth adeiladu'r ardal waith sy'n hylan a hawdd eu glanhau;
- Bod yn ymwybodol o beryglon croeshalogi rhwng bwydydd;
- Cynghori ynglŷn ag addasrwydd cyfleusterau storio a thoiledau.

Fel y segment hylendid, **synnwyr cyffredin** yw llawer o hyn. Nid oes angen i chi fod yn athrylith i weld bod angen trefnu ystafelloedd fel eu bod yn hawdd, diogel a glân i weithio ynddynt.

Beth am gael ychydig o fanylion sut i gynllunio ystafelloedd a gosod offer i wneud glanhau mor hawdd â phosibl.

## YR ARDAL WAITH

### Safle

Os yn bosibl, dylai'r safle fod mewn ardal sy'n rhydd o:

- Arogleuon;
- Llwch;
- Plâu.

Mae angen ffyrdd mynediad a draeniad da.

### Yr adeilad



Mae angen llawer o le i drin pysgod. Mae angen lle i storio'r pysgod cyn ac ar ôl prosesu.

Mae angen lle ar bobl i weithio'n hawdd ac mae angen lle o amgylch peiriannau ar gyfer diogelwch a glanhau.

### Lloriau

Mae angen i'r lloriau mewn safleoedd trin bwyd fod yn:

- Galed;
- Golchadwy;
- Gwrthlithro;
- Di fân-dyllog;
- Draenio'n dda;
- Gwrthsefyll cemegion.

## **Mathau o Loriau**

Mae concrit fel arfer yn anfoddhaol oherwydd ei fod yn fân-dyllog, yn amsugno sudd pysgod, ac yn cracio'n hawdd.

Mae asffalt gyda naddion cerrig yn foddhaol mewn ardaloedd risg isel megis manau llwytho a dadlwytho.

Mae teils yn foddhaol mewn ardaloedd risg isel os cedwir uniadau mewn cyflwr da ac os ydynt yn rhai sydd wedi'u crasu'n galed ac wedi'u gwyrddoli'n llawn (gan eu gwneud yn ddi fân-dyllog). Gallant, fodd bynnag, fod yn llithrig pan fyddant yn wlyb.

Fodd bynnag, mae gan ffatrioedd prosesu pysgod modern, siopau pysgod a siopau pysgod a sglodion fel arfer ddeunyddiau arbenigol yn gorchuddio'r lloriau. O beth mae eich lloriau wedi'u gwneud?

Dylai lloriau a draeniau sydd wedi'u dylunio'n dda fod â'r nodweddion canlynol:

- Dylai lloriau oleddu'n raddol tuag at ddraeniau, a dylai waliau fod yn gilfwaog (crwn) i'r llawr;
- Dylai draeniad o doiledau fod yn uniongyrchol i brif garthffos;
- Dylai fod gan sianeli draenio llawr orchuddion hawdd eu symud\* a dylent fod â diamedr mewnol sy'n o leiaf 10cm;
- Dylai llinellau pibellau draenio arwain at drap\* cyn y garthffos;
- Dylai trapiau\* fod yn hawdd i'w cyrraedd a'u glanhau.

## **Waliau**

Mae angen i waliau fod yn llyfn, yn wrth-ddŵr ac mewn cyflwr da.

Mae cladin wal gradd bwyd, tebyg i Fformica, yn foddhaol os yw'r uniadau wedi'u selio ac y cânt eu cynnal a'u cadw'n gywir.

Roedd paent sglein yn cael ei ddefnyddio. Fel arfer nid yw'n foddhaol bellach oherwydd mewn amodau llaith mae anwedd yn achosi iddo fflawio'n eithaf cyflym.

---

\* Mae gan Seafish ganllawiau ar orchuddion a thrapiau wedi'u cynllunio'n dda sy'n hylan a sydd hefyd yn lleihau costau cysylltiedig ag elifant. Gweler ein taflenni ffeithiau lleihau gwastraff.

## Nenfydau

Dylai nenfydau fod yn llyfn ac yn hawdd eu glanhau.

Os yw gwasanaethau, megis trydan neu blymio, wedi'u lleoli uwchben, dylid gosod nenfwd ffug. Dylid cadw'r gofod uwch ei ben yn rhydd rhag plâu (mwy amdanynt yn ddiweddarach).

Mae goleuo da yn bwysig iawn. Mae gweithle sydd wedi'i oleuo'n dda yn haws i'w gadw'n lân.

## Peiriannau

Dylai peiriannau allu gwrthsefyll cyrydiad a bod yn hawdd eu glanhau.

Dylai fod yn hawdd cyrraedd pob ochr iddynt, a'u datgymalu er mwyn eu glanhau.

Os nad ydynt yn fflysh â'r llawr, dylid gadael cliriad o 25cm fel y gellir glanhau'n hawdd oddi tanynt, neu dylent fod yn hawdd eu symud er mwyn glanhau.



Y rheswm dros gael offer nad yw'n fân-dyllog yn rhannol yw atal suddion rhag cael eu hamsugno i fod yn fwyd i facteria. Hefyd, dydych chi ddim am i arogl cemegion glanhau lynu at yr arwyneb a chael ei drosglwyddo i fwyd.

## Deunyddiau Addas

Dur gwrthstaen yw'r deunydd gorau.

Mae arwynebau plastig caled, fel Fformica, yn foddhaol, ac eithrio lle mae gwaith torri'n digwydd.

Pwyntiau eraill i'w nodi:

Ni ddylai fod llawer o uniadau ac mae angen gofal arbennig ar y rhain wrth gael eu glanhau;

Dylai blociau torri fod o blastig dwysedd uchel a bydd angen eu glanhau'n aml a'u disodli'n achlysurol;

Ni ddylid byth defnyddio pren oherwydd ei fod yn fân-dyllog, y bydd bron yn amhosibl ei lanhau'n effeithiol a gall dorri'n ysgyrion.

## Awyru

Mae angen awyru i gael gwared â mygdarth, anwedd dŵr ac mewn gweithleoedd cynhesach, lleihau'r tymheredd.

Mae'n amhosibl rheoli hylendid os yw'r ffenestri ar agor. Os defnyddir ffenestri ar gyfer awyru, mae angen eu gorchuddio â gril rhwyll fân y gellir ei dynnu'n hawdd i'w lanhau'n rheolaidd.

Mae'n well os nad oes agoriadau uniongyrchol o ystafelloedd bwyd i'r tu allan i'r adeilad. Efallai y bydd angen addasu ffenestri a drysau i drefnu hyn.

Gellir gosod ffaniau echdynnu ar ffenestri presennol.

Gall drysau gael cyntedd neu sgrin wedi'u hadeiladu o'u cwmpas. Mae'r rhain yn ei gwneud hi'n anoddach i faw a phlâu fynd i mewn. Mewn rhai achosion bydd yn rhaid gosod sgriniau pryfed.

Bydd angen mesurau priodol ar waith mewn siopau gwerthu pysgod a physgod a sglodion i ganiatáu i gwsmeriaid ddod i mewn i'r siop, ond sy'n cadw pryfed a phlâu eraill allan o'r busnes.

## Storio

Mae angen awyru ystafelloedd storio a dylid gosod gwifren rwyll fain ar bob awyrell i gadw plâu allan.

Mae angen storio deunyddiau pecynnu mewn ystafell sych ar wahân sy'n atal plâu. Mae cynhwysion bwyd angen eu hystafell sych, atal pla eu hunain.

Dylid cadw diheintyddion, glanedyddion a deunyddiau glanhau eraill mewn storfa ar wahân i'r ystafelloedd lle mae bwyd yn cael ei drin. Ni ddylent gael eu gadael o gwmpas ar ôl eu defnyddio.

## Cynwysyddion

Fel y gwyddoch, mae pysgod yn eithaf swmpus ac mae'n cymryd llawer o gynwysyddion i storio swm o bysgod. Rhaid golchi cynwysyddion pysgod cyn gynted â phosibl ar ôl eu defnyddio a'u storio dan amodau glân, neu gael gwared arnynt mewn modd hylan. Rhaid i gynwysyddion na ellir eu haildefnyddio gael eu trin a'u gwaredu'n briodol.

## Offal

Mae angen tynnu offal o'r ardal trin, cyn gynted ag y caiff ei gynhyrchu. Dylid ei storio y tu allan, yn ddelfrydol mewn adeilad allanol.

Dylai pob bin offal a phob bin bwyd gael **caeadau sy'n ffitio'n dynn**. Ni ddylid byth eu gorlenwi.

Weithiau bydd yn rhaid storio biniau offal mewn iard. Mewn achos o'r fath, dylent fod ar lwyfan addas sydd o leiaf 60cm o'r ddaear.

Dylid glanhau biniau gwastraff bwyd ac offal yn rheolaidd.

### **Yr Iard**

Dylid cadw iardiau mewn cyflwr da. Dylai'r llawr ddraenio'n dda, cael ei frwsio a'i chwistrellu â dŵr yn aml.

Dylid cludo gwastraff bwyd i ffwrdd o leiaf bob yn ail ddiwrnod ac ar yr adeg honno dylid glanhau'r biniau.

Mae angen trin amgylchoedd yr iard gyda phryfleiddiad unwaith yr wythnos.

### **Dŵr**

Mae prosesu a thrin pysgod ffres yn fusnes gwlyb, mae angen llawer o ddŵr ar y broses. (Nid yw'n cael ei alw'n bysgod gwlyb am ddim rheswm!)

Argymhellir llif da o ddŵr glân o ansawdd yfed. Dŵr:

- Golchi;
- Gwanhau;
- Glanhau.

Mae dŵr yn lleihau nifer y bacteria ar bysgod cyfan ac ar arwynebau gwaith, os yw'n llifo drostynt.

### **Clorineiddiad**

Mae effeithiau glanhau dŵr yn cael eu gwella os yw wedi'i glorineiddio. Mae hyn yn gwneud y dŵr yn ddiheintydd mwyn. Mae cannydd cartref yn enghraifft o ddiheintydd â sail clorin.

Mae clorin yn gost-effeithiol ac os caiff ei ddefnyddio'n iawn nid oes ganddo unrhyw effaith adael olion na chrydu. Gall clorineiddiad dŵr môr (ar fwrdd cychod pysgota er enghraifft) achosi problemau ac felly dylid dim ond gwneud hyn gyda'r offer cywir.

Gellir ychwanegu clorineiddwyr at adeiladau presennol yn eithaf hawdd. Yn wir, maent wedi'u gosod mewn rhai cychod pysgota. Mae osôn yn cael effaith diheintydd tebyg ac mae'n dod yn fwyfwy poblogaidd mewn ffatrioedd prosesu.

### **Clorin**

- Gwella hylendid drwy leihau nifer y bacteria difetha.
- Lleihau arogleuon.
- Gweithio orau pan fydd deunydd organig wedi'i dynnu ymaith yn gyntaf gyda glanedydd.
- Nid yw'n gweithio ar saim.

**SAQ31**

Ceisiwch grynhai nodweddion cyffredinol pwysig y canlynol:

- a. Ystafelloedd ac offer a ddefnyddir i drin pysgod;
- b. Deunyddiau a ddefnyddir i adeiladu ystafelloedd ac offer;
- c. Trefn ystafelloedd ac offer.

a.

---

b.

---

c.

---

**SAQ42**

Pam ddylai lloriau gynnwys fod ar oledd?

---



---

**SAQ18**

A yw hi'n iawn cael dŵr toiled a dŵr gwastraff yn draenio i mewn i'r un garthffos?

---



---



**SAQ27**

Ble dylid storio deunyddiau glanhau?

---

---

---



**SAQ47**

Pam y gall paent sglein fod yn broblem fel gorchudd wal?

---

---



**SAQ21**

Beth yw manteision clorineiddio dŵr?

---

---



**SAQ11**

Pam ddylai peiriannau fod naill ai'n fflysh i'r llawr neu wedi'u codi 25cm, neu fwy, uwch ei ben?

---



---

**SAQ9**

- a. Pa mor aml y dylid cael gwared ag offal:
  - i. O'r ystafell drin?
  - ii. O'r storfa tu allan?
- b. Pa nodweddion ddylai fod gan finiau offal?

---



---



---



---

**TREFNIADAU TOILEDAU****Beth mae'r Gyfraith yn ei Ddweud?**

Mae hwn yn faes arall lle mae gan y Gyfraith rywbeth i'w ddweud. Mae gwahanol gyfreithiau sy'n ymwneud ag iechyd a diogelwch, hylendid bwyd a rheoliadau penodol i bysgod yn cyfeirio at doiledau a chyfleusterau golchi dwylo.

Yn gyffredinol maent yn dweud bod yn rhaid i'r cyfleusterau fod yn briodol ac yn ddigonol at y diben. Mae deddfwriaeth iechyd a diogelwch yn nodi'r union niferoedd a'r mathau o doiledau sydd eu hangen mewn gwahanol amgylchiadau. Os oes angen i chi wybod yr union ofynion ar gyfer eich gweithle, cysylltwch â'ch Swyddog Iechyd yr Amgylchedd (EHO) lleol a swyddfa Awdurdod Gweithredol Iechyd a Diogelwch (HSE).

Fel rheol gyffredinol, mae'r Gyfraith yn mynnu bod gan safleoedd trin bwyd:

- TYstafelloedd toiled sydd â chyfleusterau **golchi dwylo** a sychu;
- Cyfleusterau toiled ar wahân i ystafelloedd newid;
- Toiledau nad ydynt byth yn agor yn uniongyrchol i ystafelloedd bwyd;
- Toiledau sydd wedi'u hawyru'n dda;
- Digion o doiledau i ddynion a merched.

Mae rheoliadau ar wahân yn ymdrin â'r gofynion penodol ar gyfer marchnadoedd pysgod a chychod pysgota.

### **Problemau o Doiledau**

Mae toiledau yn ffynonellau cyson o facteria niweidiol. Maent bob amser wedi'u halogi.

Mae'n anodd iawn osgoi codi germau o ganlyniad i ddŵr yn tasgu neu drwy gyffwrdd ag arwyneb sydd wedi'i halogi.

Mae'n anodd iawn i bobl ag arferion glân arferol dderbyn y gallant fod wedi'u halogi ond mae'n wir. Cofiwch y canlynol:

- Mae bacteria'n pasio'n weddol hawdd drwy bapur tŷ bach. Byddant hefyd yn bresennol ar seddi ac ati drwy hylif yn tasgu;
- Mae agor a chau drysau yn gadael bacteria ar ddolenni;
- Mae troi tapiau ymlaen a'u cau yn gadael bacteria ar dapiau.

### **Golchi dwylo**

Mae pobl yn meddwl bod golchi dwylo ar ôl defnyddio'r toiled yn ddigon ond nid yw mor syml â hynny:

- Gallwch halogi tap wrth i chi ei droi ymlaen;
- Byddwch wedyn yn glanhau eich dwylo;
- Yna byddwch yn halogi'ch dwylo wrth i chi gau'r tap!

Mae'n ddigon hawdd rinsio handlen tap wrth i chi olchi'ch dwylo, ond pa mor aml ydych chi'n meddwl am wneud hynny?

Dyna pam na chaniateir tapiau a weithredir â llaw mewn llawer o safleoedd trin bwyd.

Nid yw'r rhan fwyaf o bobl yn golchi eu dwylo'n gywir, a pham y dylent os nad ydynt wedi cael eu hyfforddi'n iawn?

Ond rydych chi'n driniwr bwyd hyfforddedig a dylech olchi'ch dwylo gan ddefnyddio **dull cymeradwyedig**.

- Dylid sgwrio ewinedd â brwsh ewinedd glân;
- Mae golchi dwylo'n drylwyr gan ddefnyddio sebon neu doddiant sebon bacterleiddiol di-bersawr yn hanfodol;
- Dylid sychu dwylo ar dywel papur tafladwy neu sychwr aer poeth;
- Dylid cymryd gofal i beidio â halogi eich dwylo cyn dychwelyd i'r ystafell trin bwyd;
- Gall hufenau rhwystr gyda germladdwr fod yn ddefnyddiol ar y pwynt hwn. Maent yn helpu i atal y croen rhag cracio a byddant yn dinistrio peth o'r bacteria.

Gwyddom y gallai hyn ymddangos yn drafferth, ond triniwr bwyd ydych chi, nid glöwr!



### SAQ35

Os ydych chi'n trin bwyd, pryd ddylech chi olchi'ch dwylo?

Rhestrwch yr amseroedd priodol.

---



---



---



---



---

## TRIN GWAHANOL FWYDYDD - TRAWSHALOGI

Yn ei gyflwr naturiol bydd rhywfaint o facteria yn bresennol ymhob bwyd. Gall rhai bwydydd, fel pysgod, fod yn rhyfeddol o rydd o facteria **pathogenig** i ddechrau ond mae hwn yn gyflwr sy'n gallu newid yn hawdd. Gellir dod o hyd i facteria mewn sawl man, ar ein dwylo a'n dillad, ar offer, meinciau gwaith, llinellau prosesu ac ati.

Nid yw bacteria gwenwyno bwyd (**Pathogenau**) mor gyffredin â bacteria difetha ond maent i'w canfod o hyd mewn llawer o fathau o fwydydd heb eu prosesu gan gynnwys cyw iâr amrwd, cig a llysiau ffres.

Mae eich dwylo hefyd yn fannau cyffredin i ddod o hyd iddynt. Os yw'r bacteria yn gallu mynd o'r ffynonellau hyn i fwyd sydd fel arall heb ei halogi, yna fe fydd **croes-halogi** yn digwydd.

Gall bacteria o ddwylo sydd heb eu golchi halogi bwyd, cyllyll a byrddau torri. Gall unrhyw fwyd sy'n cael ei brosesu gyda'r offer hyn gael ei halogi, a gall y pysgod halogedig hyn halogi mwy o offer, cynhyrchion ac ati.

Gall rhai bwydydd fod yn rhydd o facteria i raddau helaeth, er enghraifft bwydydd wedi'u coginio. Os caiff y bwydydd hyn wedyn eu halogi â bacteria gwenwyno bwyd (efallai drwy groes-halogiad) yna ni fydd gan y bacteria unrhyw gystadleuaeth am le, bwyd ac ati gan facteria eraill a gallant luosogi'n gyflym iawn.

Gall bwydydd sydd wedi'u halogi yn y modd hwn ymddangos yn berffaith iawn hyd yn oed pan fyddant yn cario nifer fawr o facteria peryglus (**pathogenig**).

Mae'n bosibl mai'r adran olaf hon yw'r bwysicaf yn y modiwl cyfan. Beth am ei darllen eto!



Mae'n bwysig peidio â halogi un bwyd â'r bacteria o fwyd arall.

Mae hyn hyd yn oed yn fwy hanfodol os yw un bwyd yn **amrwd** a'r llall **wedi'i goginio**.

Dylid trin **gwahanol fwydydd** yn eu **hardaloedd eu hunain**.

Os oes rhaid trin gwahanol fwydydd yn yr un ardal, rhaid i hyn fod ar adegau gwahanol a rhaid glanhau'r ardal rhwng y gwahanol fathau o ddefnydd.

Gwnaethom ddweud wrthyfch yn gynharach nad oes gan fwyd sydd wedi'i goginio'n ffres fel arfer unrhyw facteria arno. Os caiff ei heintio gan facteria niweidiol o fwyd amrwd, mae'n dod yn fagwrfa ddelfrydol iddynt heb unrhyw gystadleuaeth a thymheredd cynnes braf.

**Bwydydd Risg Uchel** yw'r holl eitemau bwyd y gellir eu bwyta ar ôl eu prosesu heb driniaeth wres na choginio pellach cyn eu bwyta. Ni fydd unrhyw facteria sy'n bresennol yn cael ei ddinistrio gan wres a gall achosi gwenwyno. Mae hyn yn cynnwys cynhyrchion bwyd fel pysgod mwg (e.e. eog mwg, pysgod mwg poeth/pysgod cregyn), prydau wedi'u coginio, pysgod cregyn byw (wystrys), cynhyrchion bwyd wedi'u coginio mewn tun ac wedi'u pecynnu dan wactod, yn ogystal â chynhyrchion fel cigoedd a dofednod wedi'u coginio, caws, prydau wyau a pheth cynnyrch llaeth.

A Term arall am **risg uchel** yw **gofal uchel**. Gan y gall y bwydydd **parod i'w bwyta** hyn gael eu halogi ac na fyddant yn cael eu coginio cyn eu bwyta, mae'n hanfodol eu bod yn cael eu trin â gofal. Yn aml mewn ffatrïoedd bwyd rydym yn cyfeirio at ardaloedd sydd naill ai'n ardaloedd **risg isel** neu **gofal uchel** gan nad yw cwsmeriaid yn hoffi'r termau *Gofal Isel* neu Risg Uchel pan gânt eu defnyddio i ddisgrifio eu bwyd!

A nawr am yr SAQ olaf.



#### SAQ44

Os ydych chi'n cynhyrchu **cynhyrchion wedi'u coginio** pa ragofalon sydd angen i chi eu cymryd?

---



---



---



---



---

#### CRYNODEB

Ar ôl astudio'r uned hon, dylech wybod llawer mwy am sut y dylid trefnu safleoedd trin bwyd i leihau'r risgiau o halogi'r bwyd.

Dylech sylweddoli pwysigrwydd:

- Cynllun da;

- Dewis deunyddiau'n ofalus, wrth gynllunio a dewis cyfarpar ar gyfer safleoedd trin bwyd

Dylech hefyd fod yn fwy ymwybodol o ba mor hawdd y gall croes-halogi arwynebau, offer a bwyd ddigwydd.



Rhaid i'r rheini sy'n trin bwyd fod yn ofalus bob amser i osgoi croes-halogi

Yn enwedig:

- Ar ôl defnyddio'r toiled;
- Wrth drin bwyd amrwd;
- Wrth drin bwyd wedi'i goginio;

Mae cypyrddau arddangos gwerthwyr pysgod yn aml yn cael eu rhannu'n gynhyrchion risg isel (heb eu coginio) a gofal uchel (wedi'u coginio).

Mae'r llif gwaith mewn siop pysgod a sglodion yn aml

- yn golygu deunyddiau amrwd yn cael eu danfon yn y cefn,
- paratoi mewn ystafell gefn,
- coginio ym mlaen y siop a
- chwsmeriaid (a'u bwyd) yn gadael drwy'r brif fynedfa.

Nid oes gorgyffwrdd cynhyrchion amrwd a chynhyrchion wedi'u coginio, ychydig o gyfleoedd ar gyfer croes-halogi.



Cadwch gynhyrchion amrwd a chynhyrchion wedi'u coginio ar wahân bob amser, yn ddelfrydol eu trin mewn ystafelloedd ar wahân neu ardaloedd cynhyrchu ar wahân.

Golchwch eich dwylo a'ch offer coginio ar ôl trin bwyd amrwd a chyn trin bwydydd wedi'u coginio.

Rydych nawr wedi cyflawni Amcan 4