

Deg Cam Gweithredu i Fusnesau Bwyd



Mae busnesau bwyd yn hanfodol wrth gefnogi bwyd cynaliadwy.

Nod cynaliadwyedd yw bod yn gyfrifol am yr effaith a gaiff eich busnes ar gymdeithas, yr amgylchedd a'r economi leol. Y syniad yw newid yr effaith a gaiff y pethau hyn o fod yn un negyddol, i fod yn un niwtral, neu hyd yn oed yn un gadarnhaol. Mae dewis cynhyrchu neu werthu bwyd cynaliadwy'n golygu y byddwch yn gwneud gwahaniaeth cadarnhaol i'r amgylchedd, lles anifeiliaid, gwastraff bwyd a'ch cymuned leol.

Rydym wedi llunio rhestr o ddeg cam gweithredu pwysig i'w hystyried, gan gynnwys cyflawni Nod Arlwyo Bwyd am Oes - ardystiad annibynnol sy'n dangos bod darparwyr bwyd yn gweithredu i wella'r bwyd y maen nhw'n ei weini gan ddefnyddio cynhwysion ffres heb draws-fraster, ychwanegion niweidiol neu addasiadau genynnol ac sy'n well i les anifeiliaid.

1. Gwybod 'beth, ble a sut?' eich cynhwysion - Yn aml, mae ystyried y cynhwysion a ddefnyddiwyd yn ffordd dda o nodi'r hyn y gallech ei newid. O ble mae'n dod? Sut mae'n cael ei gynhyrchu? A yw'n cynnwys cynwysyddion artiffisial, a pha ddeunydd pecynnu sy'n cael ei ddefnyddio? Allwch chi ddewis cynhyrchion sy'n iachach, yn well i'r amgylchedd, ac yn well i'r economi leol?

2. Defnyddiwyd gynnyrch lleol a thymhorol - Cynlluniwch eich bwydlen ar fwyd tymhorol. Bwyd lleol, tymhorol yn aml yw'r bwyd mwyaf ffres y gallwch ei gael, ac mae'r daith fer o'r cyflenwr i'r gegin yn aml yn ei wneud yn ddewis gwell yn amgylcheddol hefyd. Gofynnwch i'ch cyflenwr o le y daw ei gynnyrch a sut mae'n cael ei dyfu.

3. Dewiswch fwyd a chynnyrch llaeth lles gwell - Mae anifeiliaid hapus, iach yn cynhyrchu cig a chynnyrch llaeth mwy maethlon a blasus. Prynwch gig a chynnyrch llaeth gan gynhyrchwyr bwyd sy'n cyrraedd safonau uwch o ran lles anifeiliaid, fel Bwyd Rhyddid yr RSPCA neu safonau Organig. Siaradwch â'ch cigydd am gig teg a chynaliadwy. Cofiwch ddweud wrth eich cwsmeriaid bod bwyd lles gwell ar eich bwydlen. Mae gwaith ymchwil yn awgrymu bod cwsmeriaid yn fodlon talu mwy am fwyd lles gwell os ydynt yn gwybod amdano.

4. Dewiswch bysgod cynaliadwy - Mae prynu pysgod o ffynonellau cynaliadwy'n diogelu stociau pysgod a bywyd morol, ac yn cefnogi swyddi pysgota. Defnyddiwyd bob math o bysgod ar eich bwydlen yn hytrach na dim ond y 'pump mawr': penfras, tiwna, corgimychiaid, hadog ac eog. Dewiswch bysgod nad ydynt ar restr 'pysgod i'w hosgoi' y Gymdeithas Cadwraeth Forol. Yn hytrach, dewiswch bysgod sydd ag ardystiad gan y Cyngor Stiwardiaeth Forol. Gall y cyngor hefyd roi manylion i chi am bysgodfeydd a chyflenwyr sy'n defnyddio pysgod o ffynonellau cynaliadwy. Fel arall, mae pysgod sy'n cael eu ffermio'n organig wedi'u cywasgu'n llai yn y bysgodfa, ac yn cael porthiant mwy cynaliadwy.

5.

Cefnogwch fwyd sy'n ecogyfeillgar - Mae ffermio ecogyfeillgar yn helpu i leihau effaith ffermio ar yr amgylchedd. Ystyriwch brynu gan gynhyrchwyr bwyd sy'n gwarantu safonau amgylcheddol uwch, fel y Gymdeithas Pridd, y Ffederasiwn Bwyd Organig, LEAF, Cynghrair y Fforestydd Glaw a'r Safonau Bwyd Sicr. Cofiwch holi'ch cyflenwr am ei gynhyrchion a'i brosesau. Yn aml, ni all busnesau bach fforddio ymuno â chynlluniau cymeradwy ond gallent o hyd fod yn gweithredu i safonau amgylcheddol uchel.

6.

Dylanwadwch ar eich cadwyn gyflenwi - Meddyliwch am yr hyn rydych chi'n ei brynu: o le mae'n dod, sut mae wedi cael ei gynhyrchu, pa becynnu sydd arno, a sut y cafodd ei gludo atoch. Allwch chi weld unrhyw beth y gallech ei wella wrth edrych ar y gadwyn gyflenwi ddarn wrth ddarn? Siaradwch â'ch cyflenwyr a'ch cwsmeriaid am yr hyn rydych am ei gyflawni ac i weld a allwch feddwl am ateb mwy cynaliadwy.

7.

Lleihewch ar wastraff bwyd - Mae lleihau ar wastraff bwyd yn arbed arian, yn eich helpu i reoli'ch stoc, ac mae'n well i'r amgylchedd. Mesurwch eich gwastraff bwyd ac ystyried sut y gallech leihau arno. Allech chi gynllunio'ch bwydlen a'ch archebion yn fwy effeithlon? Allwch chi droi stoc dros ben yn brydau arbennig? Allwch chi gynnig prydau o faint gwahanol i'ch cwsmeriaid, neu focsys i gwsmeriaid fynd â bwyd sy'n weddill yn ôl adref gyda nhw?

8.

Prynwch Fasnach Deg - Mae Masnach Deg yn gwarantu pris teg am gnydau bwyd ac yn sicrhau bod pobl sy'n gweithio mewn gwledydd tlotach yn cael cyflog teg am eu gwaith. Mae te, coffi, siocled a ffrwythau trofannol Masnach Deg ar gael yn helaeth ac maent yn flasus iawn. Mae gwefan y Sefydliad Masnach Deg yn rhoi cyngor i fusnesau ar stocio cynhwysion a chynnyrch Masnach Deg a bydd yn gadael i chi ddefnyddio logo ar eich deunydd marchnata a'ch bwydlenni i roi gwybod i'ch cwsmeriaid eich bod yn cefnogi Masnach Deg.

9.

Lleihewch ar ddeunydd pecynnu a gwastraff cyffredinol - Mae lleihau ar becynnu'n dda i'r amgylchedd a gall arbed arian i chi. Gofynnwch i'ch cyflenwr gyflenwi nwyddau mewn cynwysyddion neu focsys y gellir eu hailgylchu yn hytrach na bagiau plastig a gofynnwch iddynt fynd â phlastig polymer, paletau a chardfwrdd yn ôl gyda nhw. Osgowch ddefnyddio cyllyll, ffyr, llwyau a phlatiau tafladwy, ond, os oes angen i chi eu defnyddio, dewiswch gynhyrchion bioddiraddadwy y gellir eu compostio ag unrhyw wastraff bwyd. Cofiwch roi gwybod i'ch cwsmeriaid, fel eu bod yn gwybod sut i'w gwaredu.

10.

Hyrwyddwch yr hyn rydych yn ei wneud ar hyn y ma'e'ch busnes yn sefyll drosto - Os yw'ch busnes yn gwneud pethau da, rhowch wybod i'ch cwsmeriaid. Siaradwch â ni am eich addewid, i gael ein cymorth, a dangoswch sticer Bwyd Caerdydd yn eich ffenestr. Gallwch godi proffil eich busnes drwy gystadlu am wobrau. Ymhlith y rhai y gallech eu hystyried mae Nod Arlwyo Bwyd am Oes y Gymdeithas Pridd, Gwobr Seren y Gymdeithas Bwytai Cynaliadwy a Gwobr Opsynau Iach Cyngor Caerdydd. Defnyddiwch y cyfryngau cymdeithasol a'r wasg leol i ddweud eich stori - hyrwyddwch eich hun a dywedwch wrth bobl pam fod bod yn fusnes moesegol yn bwysig i chi.