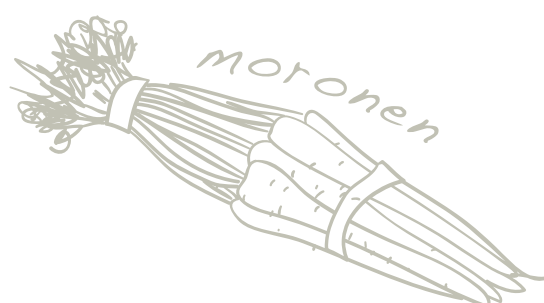


Deg Cam Gweithredu i Fusnesau nad ydynt yn Fusnesau Bwyd



Caiff prynu a darparu bwyd effaith amgylcheddol, cymdeithasol ac economaidd. Bydd deall costau a buddion y penderfyniadau a wna'ch sefydliad ar fwyd yn ein helpu i flaenoriaethu newid, torri costau, gwella lles staff, a lleihau'ch effaith ar yr amgylchedd. Bydd y rhain yn eich helpu i ddechrau arni.

- 1. Dewiswch Fasnach Deg** - Sicrhewch fod te, coffi, siwgr, siocled, ffrwythau sych a chnau yn eich gweithlu a'r lleoliadau y byddwch yn eu llogi yn rhai Masnach Deg.
- 2. Lleihewch faint o gig ma'ch ffreuturiau a'ch arlwywyr yn ei gynnig** - Mae cynhyrchu cig a chynnyrch llaeth yn cynhyrchu nwyon sy'n cyfrannu at newid yn yr hinsawdd. Mae sefydliadau ledled y byd yn lleihau ar eu heffaith carbon drwy gymryd rhan yn yr ymgyrch Dydd Llun Di-Gig. Rhagor o wybodaeth <http://www.meatfreemondays.com/getinvolved/>
- 3. Meddyliwch am les anifeiliaid** - Mae anifeiliaid iach a hapus yn cynhyrchu mwy o gig a chynnyrch llaeth. Sicrhewch eich bod yn gofyn i'ch tîm arlwygo am gig, wyau a chynnyrch llaeth buarth.
- 4. Dewiswch fwyd tymhorol** - Gofynnwch i'ch cyflenwyr a'ch arlwywyr ddarparu ffrwythau a llysiau lleol a thymhorol. Mae'n ddewis da i'r amgylchedd, i iechyd, ac i'ch ffermwr lleol.
- 5. Peidiwch â defnyddio dwr potel** - Mae potelu dŵr yn defnyddio llawer o ynni gan fod angen ei brosesu, ei becynnu a'i gludo. Mae dŵr o'r tap yn ddiogel, a bydd yn lleihau ar eich bil arlwygo yn ogystal â'ch effaith ar yr amgylchedd. Defnyddiwch ddŵr tap mewn cyfarfodydd a gofynnwch i arlwywyr wneud yr un fath.



6.

Lleihewch faint o fwyd afiachus wedi'i brosesu sydd yn eich ffreuturau a'ch peiriannau - Gallwch annog eich staff i osgoi teimlo'n llwglyd yng nghanol y bore drwy gynghori iddynt yfed digon o ddŵr a bwyta byrbrydau iach fel ffrwythau a chnau drwy'r dydd. Lleihewch ar argaeledd bwyd afiachus mewn ffreuturau staff a pheiriannau bwyd yn y gweithle a dangoswch i'ch staff fod eu hiechyd yn bwysig i chi.

7.

Crëwch ardal dyfu i staff - Mae treulio amser mewn mannau naturiol, gwyrdd yn dda i les ac iechyd meddwl staff. Gallai creu gardd i'r staff leihau straen yn y gweithle a chynyddu faint o waith a wna staff, gan eu hannog i gymryd saib o'r ddesg a chael awyr iach. Gallent hyd yn oed dyfu ffrwythau a llysiau yno.

8.

Ailgylchwch bopeth, gan gynnwys gwastraff bwyd - Mae'r rhan fwyaf o swyddfeydd eisoes yn ailgylchu eu gwastraff papur ond mae modd ailgylchu neu gompostio deunydd lapio rhai bwydydd, bagiau te a gweddillion cinio. Mae Cyngor Caerdydd yn cynnig gwasanaeth ailgylchu i fusnesau, sy'n cynnwys casgliad gwastraff bwyd wythnosol.

9.

Caniatewch i staff wirfoddoli mewn project bwyd lleol - Aliniwch eich addewid Bwyd Caerdydd â'ch Cyfrifoldeb Cymdeithasol Corfforaethol neu'ch Strategaeth Cynaliadwyedd drwy annog staff i wirfoddoli mewn project bwyd lleol. Byddwch yn dangos i'r gymuned fod ots gennych, a bydd eich staff yn datblygu sgiliau newydd ac yn magu hyder.

10.

Ceisiwch gynnwys staff wrth lunio polisi bwy moesegol a'u hannog i ffurfio Timau Gweithredu ar Fwyd i gefnogi gweledigaeth eich sefydliad - Mae pobl yn gefnogol o'r hyn y maen nhw'n ei greu. Gallwch ennyn eu cefnogaeth drwy eu cael i gyfrannu at eich gweledigaeth o ran cynaliadwyedd. Beth am eu hannog i gyfrannu syniadau i gefnogi'r Addewid Bwyd? Gall gwobrau blynyddol fod yn ffordd wych o wobrwyo syniadau ac ymdrech pobl, a'u hysgogi. .

