Sefydliad Siartredig Iechyd yr Amgylchedd -
Lefel 2 ym maes Bwyd Iachach a Deietau Arbennig
(Lefel 2 ym Maes Maetheg gynt)

Mae manteision deiet iach ac amrywiol yn ddiamheuol. Mae'r llywodraeth yn ymrwymedig i ostwng afiechyd a marwolaeth a achosir gan glefydau sy'n gysylltiedig â deiet ac mae defnyddwyr yn gynyddol ymwybodol o effeithiau deiet wael. Yn fwy nag erioed, mae angen i arlwywyr ddeall y cysylltiad rhwng deiet ac iechyd. Mae cyfrifoldeb ar bobl sy'n gweithio ym maes bwyd i wybod bob amser beth yw'r argymhellion a'r canllawiau cyfredol. Mae'r cymhwyster hwn yn rhoi egwyddorion sylfeinol maetheg i arlwywyr ynghyd â'r wybodaeth angenrheidiol i wireddu gwir newid yn arferion bwyta'r genedl.

CYMHWYSTER NEWYDD

Sy'n cyfateb i'r lefel 'sylfaen'

Pwy sydd angen y cymhwyster hwn?

- Cyflogeion sy'n arlwyo ac yn gweini bwyd
- Y sawl sy'n dewis bwydlenni, resetiau a chynhwysion
- Cyflogeion sy'n wynebu cwsmeriaid sydd â'r angen i ddeall cwestiynau'r cwsmeriaid neu bennu anghenion unigolion
- sefydliadau arlwyo e.e gofal iechyd, addysg

Pynciau a gwmpasir

- Y berthynas rhwng maetheg, deiet ac iechyd
- Gofynion maethol gwahanol grwpiau o'r boblogaeth
- Polisi, deddfwriaeth a chanllawiau gwirfoddol cyfredol
- Effeithiau prosesu bwyd ar gynnwys maethol
- Labelu maetheg

Canlyniadau

Ar ôl cwblhau'r cymhwyster hwn, bydd yr ymgeiswyr yn medru deall:

- Terminoleg maetheg
- Bod deiet o faetheg gytbwys yn cael effaith gadarnhaol ar yr iechyd
- Y berthynas rhwng deiet ac iechyd
- Bod angen deietau gwahanol ar wahanol grwpiau o bobl i gydweddu â'u ffordd o fyw
- Y canllawiau sydd ar gael a disgrifio gofynion y ddeddfwriaeth bresennol yn nhermau cyffredinol
- Y gall y broses o brosesu a chynhyrchu bwyd newid cynnwys maethol bwydydd
- Pwysigrwydd bod gwybodaeth faethol gywir ar gael am gynhyrchion bwyd

GWYBODAETH AM Y CWRS

Hyd : Rhaglen undydd
Asesiad: Arholiad amlddewisol
Achrediad Ofqual: Oes
Cyfeirnod Cymhwyster Ofqual: 500/8118/4
Hanfodion blaenorol: Dim un

Canolfan Bwyd Cymru/Food Centre Wales, Horeb, Llandysul, Ceredigion, SA44 4JG.
Ffôn/Tel - 01559 362230 **Facs**/Fax - 01559 362086
e-bost/e-mail - gen@foodcentrewales.org.uk