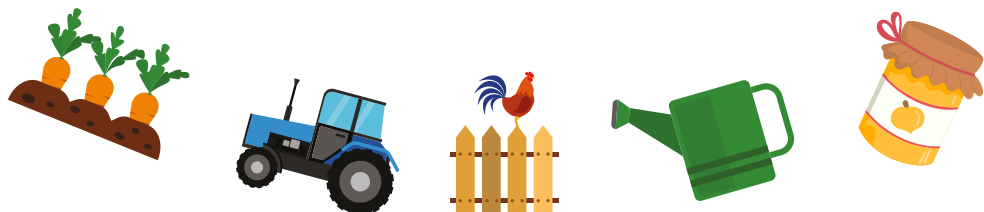


SIARTER FWYD ABERTAW

**Bwyd Iach, Fforddiadwy a
Lleol ar Gael i Bawb, er Lles
Pobl a'r Blaned.**






Mae'r bwyd rydym yn ei fwyta yn cael effaith enfawr, nid yn unig ar ein hiechyd, ond hefyd ar ein heconomi a'n hamgylchedd. Mae system fwyd leol ffyniannus, gynhwysol, teg a maethlon yn sbardun allweddol i symud Abertawe tuag at y saith Nod Llesiant a nodir yn Neddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol (Cymru).

Rydym yn gwahodd dinasyddion, busnesau a sefydliadau i addo cefnogi gweledigaeth ac amcanion Bwyd Abertawe.




**Cofrestrwch trwy'r wefan:
www.bwydabertawe.org.uk**

Fel dinasyddion, busnesau a sefydliadau Abertawe, rydym yn ymroddedig i:




Cydweithredu Cynhwysol

-  Cydweithio, gan gynnwys pawb ac estyn allan.
-  Agwedd gynhwysol sy'n dathlu amrywiaeth ddiwylliannol.
-  Ymdrech unedig a llais cryf dros fwyd Abertawe.




Tegwch Bwyd Iach i Bawb

-  Sicrwydd bwyd a maeth i bawb.
-  Mynd i'r afael â thlodi a gwella Lles trwy fwyd.
-  Tir ar gyfer tyfu bwyd ym mhob cymuned.




Economi Bwyd Llewyrchus

-  Cynyddu'r galw am fwyd a gynhyrchir yn lleol.
-  Mwy o farchnadoedd lleol a dosbarthu effeithiol.
-  Cefnogi tyfwyr a chynhyrchwyr lleol i lwyddo.

Bwyd, Tir a'r Amgylchedd

-  Gofalu ein pridd, dŵr, natur a bioamrywiaeth.
-  Cynyddu mynediad i dir i ffermwyr newydd a thyfu lleol.
-  Cefnogi dulliau adfywiol a chynaliadwy.

Sgiliau Bwyd ac Ymwybyddiaeth

-  Grymuso pawb i dyfu, coginio a bwyta bwyd gwell.
-  Dysgu sut mae iechyd, pridd, bwyd a hinsawdd yn cydgysylltu.
-  Meithrin sgiliau tyfu organig ac adfywiol.












SIARTER FWYD ABERTAWAWE













Sut gallwch chi helpu? Beth gallwch chi ei gwneud?

Isod rhestrir rhai ffyrdd y gallwch chi weithredu i helpu i sicrhau bod bwyd iach, fforddiadwy a lleol ar gael i bawb.

Fel dinesydd:

-  Cofrestru gyda Siarter Fwyd Abertawe.
-  Siopa'n lleol, a phrynu cynnyrch Abertawe (neu Gymreig), lle gallwch chi.
-  Gofyn i siopau, caffis ac archfarchnadoedd beth yw eu hopsiynau lleol. Eu hannog i gynnig cynnyrch lleol.
-  Ceisio lleihau eich gwastraff bwyd, prynu a defnyddio dognau llai a chompostio gartref.
-  Gwneud yr hyn y gallwch ei fforddio. Buddsoddi ym manteision cymdeithasol, amgylcheddol, iechyd ac ansawdd bwyd a gynhyrchir yn lleol (a adlewyrchir yn aml yn y pris).
-  Gwirfoddoli yn eich gardd neu fferm gymunedol leol.
-  Dysgu am bwysigrwydd pridd iach.
-  Gwneud Addewid Bwyd Cynaliadwy.
-  Cymryd rhan ym mhrosiectau a digwyddiadau Bwyd Abertawe!

0 fewn eich busnes neu sefydliad:

-  Cofrestru gyda Siarter Fwyd Abertawe.
-  Arddangos y siarter i ddangos eich ymrwymiad.
-  Ei rannu gyda'ch tîm a'u hannog i gofrestru.
-  Enwebu Hyrwyddwr Bwyd Cynaliadwy ar gyfer eich sefydliad, i fynychu cyfarfodydd Bwyd Abertawe a hyrwyddo'r Siarter.
-  Prynu a gweini bwyd lleol, iach, a gynhyrchir yn gynaliadwy.
-  Gweithio i ddiwygio eich polisi caffael i flaenoriaethu bwyd a gynhyrchir yn gynaliadwy a chadwyni cyflenwi byrrach.
-  Cymryd camau arloesol a chreadigol i gynyddu'r galw am, ac argaeledd, bwyd iach, fforddiadwy a lleol i bawb.
-  Nodwch dir y gallech ei ddarparu ar gyfer amaethu a ffermio lleol.
-  Gwneud Addewid Bwyd Cynaliadwy.
-  Cymryd rhan ym mhrosiectau a digwyddiadau Bwyd Abertawe!

Cofrestrwch trwy'r wefan:
www.bwydabertawe.org.uk