

# Bwyd Dros Ben



## Food Surplus

Creu gwerth cymunedol ac arloesedd  
trwy fwyd dros ben

Adroddiad effaith ar ddiwedd y prosiect

Gorffennaf 2019

Bwyd Dros Ben Aber

(Heather McClure, Chris Woodfield a Chris Byrne)



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



## Cynnwys

	Tudalen:
1. Crynodeb gweithredol	3
2. Themâu'r Prosiect	5
2.1 Arloesi rheoli gwastraff	5
Gweithgareddau a chyflawniadau'r Prosiect	
2.1.1 Ailddosbarthu Bwyd dros Ben	5
2.1.2 Atebion rheoli gwastraff	9
2.2 Allgymorth cymunedol	14
Gweithgareddau a chyflawniadau'r Prosiect	
2.2.1 Llwyfan cymunedol	14
2.2.2 Ymgysylltu ag Ysgolion	15
2.2.3 Cydweithio â'r Brifysgol	16
2.2.4 Ieuenctid a'r henoed	17
2.2.5 Ymgysylltu ag elusennau	19
2.3 Ymgyrchoedd, hyrwyddo a marchnata	21
2.4 Ymchwil a datblygu	23
3. Strategaeth ymadael	24
4. Casgliadau	26



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



## Adran 1. Crynodeb gweithredol

Mae'r prosiect hwn wedi ategu gwaith Bwyd Dros Ben Aber wrth weithio tuag at gyflawni ein nodau a'n hamcanion a helpu Aberystwyth i fod yn dref dim gwastraff bwyd. Dyma ein nodau a'n hamcanion:

- Lleihau ac ailddosbarthu bwyd dros ben sy'n addas i'w fwyta yn Aberystwyth a'r cyffiniau
- Defnyddio bwyd dros ben i gyfrannu at ddiogelwch bwyd lleol gan sicrhau bod bwyd yn cael ei ddarparu i bobl a'i ddefnyddio yn unol â'n hierarchaeth gwastraff bwyd
- Darparu cyfleoedd gwirfoddoli i'r gymuned leol er mwyn gwella cyfalaf cymdeithasol
- Ysbrydoli a grymuso pobl leol i roi mentrau cymunedol ar waith
- Darparu deunyddiau a digwyddiadau addysgol, a hyrwyddo a hwyluso newid i agweddau ac ymddygiad pobl ynghylch materion bwyd a chynaliadwyedd sy'n cefnogi'r system fwyd leol
- Cydweithio ag awdurdodau lleol, mudiadau gwirfoddol, trigolion a'r gymuned mewn ymdrech gyffredin i ddatblygu'r ardal a gwella ansawdd bywyd

Mae dull ac ethos Bwyd Dros Ben Aber yn canolbwyntio ar bump o agweddau / elfennau allweddol a thri o werthoedd cyffredinol:

Agweddau / elfennau allweddol:

1. Gonest, agored a theg
2. Canolbwyntio ar bobl
3. Cyfannol
4. Cynhwysol a chyfranogol
5. Uchelgeisiol

Gwerthoedd:

1. Hapusrwydd
2. Cymuned
3. Creadigrwydd

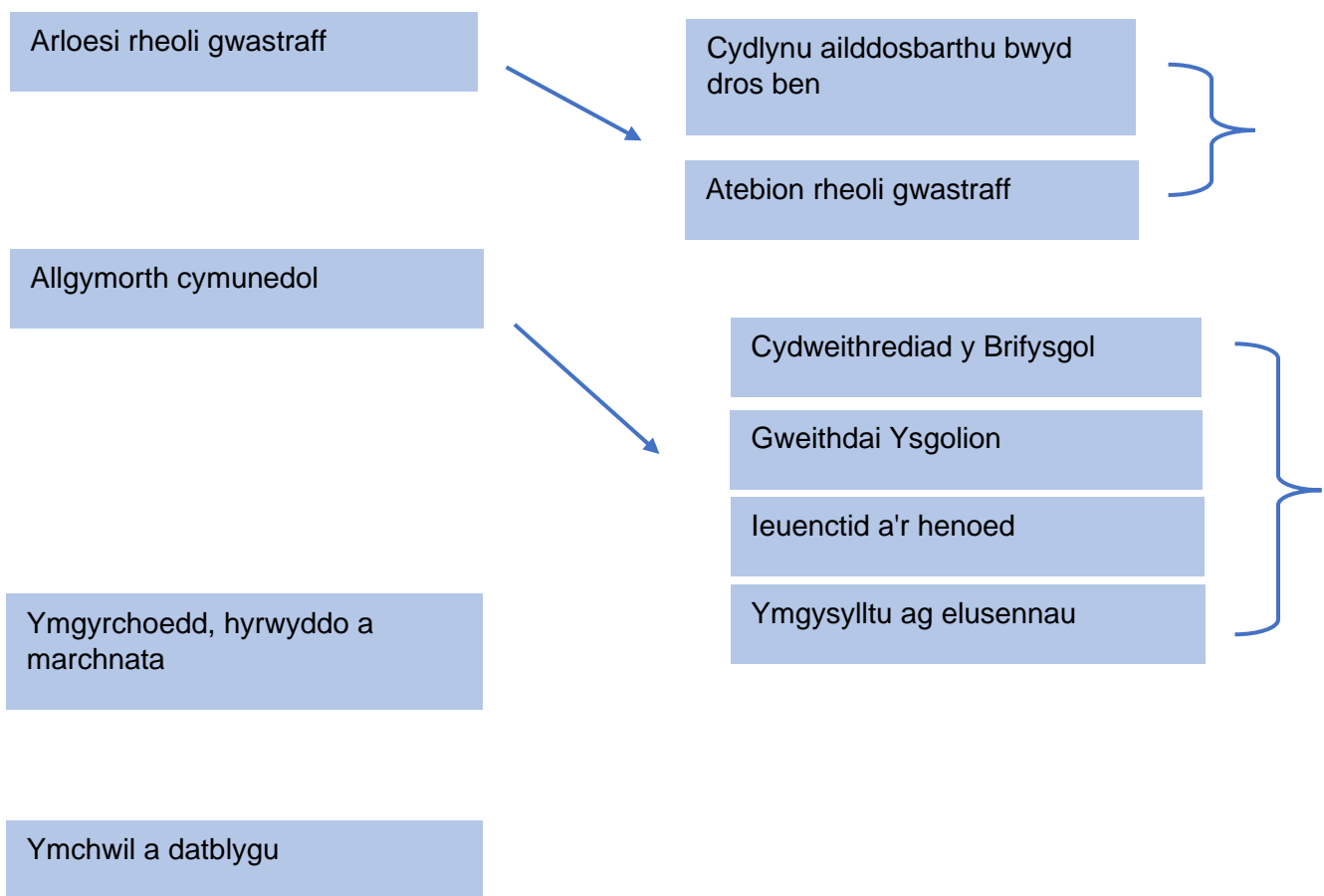
Roedd y prosiect peilot, "Creu gwerth cymunedol ac arloesedd trwy fwyd dros ben", yn canolbwyntio ar archwilio, ymchwilio a darparu atebion arloesol i'r gwaith o leihau gwastraff bwyd yn Aberystwyth. Ein nod oedd gwneud hyn drwy ganolbwyntio ar bedwar maes



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



allweddol, fel y gwelir yn y diagram isod. Mae'r adrannau a'r adroddiad canlynol yn disgrifio'r meysydd allweddol hyn gan gynnwys yr allbynnau a'r effeithiau a gyflawnwyd ac yna trosolwg o'r strategaeth ymadael yn dilyn y prosiect peilot 12 mis hwn. Ariannwyd y prosiect peilot hwn yn llawn drwy raglen LEADER gydag arian gan yr Undeb Ewropeaidd a Llywodraeth Cymru. Roedd hyn yn galluogi tri Rheolwr Prosiect i weithio ar y prosiect; cyflogwyd dau aelod staff am 30 awr yr wythnos ac un am 5 awr yr wythnos. Ariennir cynllun LEADER drwy Grŵp Gweithredu Lleol Cynnal y Cardi (a weinyddir gan Gyngor Sir Ceredigion) a ariennir drwy Gymunedau Gwledig Llywodraeth Cymru – Rhaglen Datblygu Gwledig 2014-2020, a ariennir gan Gronfa Amaethyddol Ewrop ar gyfer Datblygu Gwledig (EAFRD) a Llywodraeth Cymru.



## Adran 2. Themâu'r prosiect

### 2.1 Arloesi rheoli gwastraff:

#### Nodau ac amcanion

Wrth gyflwyno'r cais, disgrifiodd y prosiect y potensial o archwilio rheoli gwastraff bwyd mewn modd arloesol a mwy cynaliadwy yn Aberystwyth, a fyddai'n sicrhau bod y gwastraff bwyd bwyttadwy ac anfwytadwy yn cael ei leihau i'r eithaf. Amlygwyd astudiaeth ddichonoldeb a oedd yn canolbwyntio ar ymgynghori ag amrywiaeth o randdeiliaid yr ardal gan gynnwys trigolion, perchnogion busnes, grwpiau cymunedol a chynrychiolwyr y llywodraeth. Dyma fyddai ein prif nod yn yr agwedd hon ar y gwaith a byddai'n caniatáu dealltwriaeth ddyfnach o sut i symud ymlaen. Y prif gysyniadau inni eu harchwilio oedd: ehangu'r broses o ailddosbarthu bwyd dros ben, ac amrywiaeth o opsiynau arloesi rheoli gwastraff gan gynnwys menter oergell gymunedol, treuliad anaerobig micro-raddfa, defnyddio gwastraff fel porthiant anifeiliaid, compostio cymunedol ac annog pobl i ddefnyddio cynllun casglu gwastraff bwyd yr Awdurdod Lleol.

## Gweithgarwch a chyflawniadau'r prosiect

### 2.1.1 Ailddosbarthu Bwyd dros Ben

#### Cydlynu gwirfoddolwyr

Mae hyfforddi a chydlynu gwirfoddolwyr yn broses sy'n galw am brydlondeb wrth weithio gyda gwastraff bwyd, oherwydd natur gwastraff bwyd lle mae hyd oes y deunydd yn fyr a'r rheoliadau yn llym ynghylch diogelwch a hylendid bwyd. Mae'r holl wirfoddolwyr yn cael cyflwyniad i'r safle, yn cael hyfforddiant codi a chario, diogelwch bwyd a gweithdrefnau hylendid sy'n cynnwys protocolau agor a chau. Mae gwirfoddolwyr wedyn yn cael hyfforddiant ar gasglu'r bwyd o archfarchnadoedd; mae gan bob archfarchnad weithdrefn wahanol ar gyfer casglu gwastraff bwyd, gydag amserau casglu gwahanol. Yna mae gwirfoddolwyr yn mynd â'r bwyd yn ôl i'r safle ac wedi'u hyfforddi i bwysu, didoli a storio'r bwyd yn ddiogel.

Ers i'r prosiect peilot ddechrau ym mis Ebrill 2018, mae 21 o wirfoddolwyr wedi cael hyfforddiant ar gasglu bwyd dros ben a/neu ailddosbarthu. O'r rhain, mae 84% wedi gwirfoddoli fwy nag unwaith, neu'n barhaus. Mae'r pum gwirfoddolwr uchaf o ran nifer oriau wedi gwirfoddoli tua 119, 88, 71, 70 a 69 awr yn y drefn honno.



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





Daw'r gwirfoddolwyr o ddemograffeg wahanol e.e. oedran, cefndir/cenedligrwydd, ethnigrwydd a statws gwaith. Myfyrwyr Prifysgol Aberystwyth oedd tua chwarter y gwirfoddolwyr, a'r gweddill yn drigolion Aber a'r cylch. Isod, ceir amlinelliad o dair astudiaeth achos gwirfoddolwyr.



### Astudiaeth achos Gwirfoddolwyr: Daemon Smith

Roedd Daemon yn ddi-waith oherwydd anaf difrifol, ac angen mynd i'r ysbyty, cael llawdriniaeth helaeth ac adferiad hir. Wedi cyfnod adfer cychwynnol, cysylltodd ei Weithiwr Cymorth â ni er mwyn dod o hyd i gyfleoedd ystyrllon a fyddai'n ei alluogi i dreulio amser allan o'r tŷ, dechrau cyfarfod a siarad â phobl eto wrth wneud swyddi a thasgau gwaith llaw oedd hefyd yn gofyn am waith meddwl. Dechreuodd wirfoddoli gyda ni ym mis Mai 2018, un diwrnod yr wythnos i ddechrau, i helpu i ddidoli a dosbarthu'r bwyd dros ben. Cynyddodd hyn i 2-3 gwaith yr wythnos, cyn ehangu i gasglu bwyd o archfarchnadoedd, tan fis Ionawr 2019.

*“Roedd y cynllun bwyd dros ben yn anhygoel. Hebdo fyddwn i ddim wedi dychwelyd i'r gwaith. Rwy'n hoffi cadw'n brysur, ac roedd yn gyfle i mi adael y tŷ a chwrdd â phobl newydd a diddorol. Roedd gwirfoddoli'n rhoi strwythur a threfn i mi yn ystod fy wythnos ac roeddwn i'n edrych ymlaen at fynd yno.” (Daemon Smith, Gwirfoddolwr Bwyd Dros Ben Aber)*

*“Mae'r cynllun bwyd dros ben wedi bod yn amhrisiadwy i bobl am resymau gwahanol. Waeth a ydyn nhw'n awyddus i fagu hyder, neu'n syml eu bod eisiau cefnogi'r elusen mae'r profiad yn cael effaith gadarnhaol nid yn unig ar yr amgylchedd, ond ar yr union bobl sy'n gwneud y cynllun yr hyn ydyw. Dwi wedi gweld hyn dros fy hun.” (Dyfyniad gan Weithiwr Cymorth Daemon)*



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



### Astudiaeth achos Gwirfoddolwyr: Fay Hollick

Dechreuodd Fay wirfoddoli trwy gasglu gwastraff bwyd o'r archfarchnadoedd ac mae wedi bod yn gaffaeliad gwych a defnyddiol i'r tîm, gan ein galluogi i wneud casgliadau cyson a dibynadwy.

*"Roedd gen i amser ar fy nwylo, yn ddi-waith ac unig, a braidd yn ddigyfeiriad, pan benderfynais droi at griw Bwyd Dros Ben Aber i ofyn a allwn i fod o gymorth. Dechreuais wneud casgliadau bwyd o'r archfarchnadoedd bob yn ail nos Fawrth a nos Fercher, gan helpu i roi trefn a strwythur i'm hwythnos, ac roedd hi'n braf teimlo'n ddefnyddiol ac yn rhan o rywbeth sy'n bwysig i mi. Rwy'n gweithio eto nawr, mae bywyd yn brysur ac yn llawn, ond alla i ddim dychmygu byw heb fy nghasgliadau bwyd nos Fawrth, a bydda i'n fythol ddiolchgar i'r tîm am eu croeso a'u brwdfrydedd heintus." (Fay Hollick, Gwirfoddolwr Bwyd Dros Ben Aber)*

### Astudiaeth achos Gwirfoddolwyr: Johnny a Holly

Mae Johnny a Holly yn ddau fyfyrwr israddedig a glywodd am Bwyd Dros Ben Aber drwy gysylltiadau ym Mhrifysgol Aberystwyth. Dechreuon nhw wirfoddoli i helpu i gasglu bwyd o'r archfarchnadoedd unwaith yr wythnos. Datblygodd hyn wedyn i ddioli a dosbarthu'r bwyd yn ogystal â choginio mewn digwyddiadau allgymorth cymunedol. Dyma lun o Holly a Johnny yn rhedeg y stondin bwyd dros ben yn Ffair Nadolig Aberystwyth.



*"Mae'r profiad o wirfoddoli yn Bwyd Dros Ben Aber wedi bod yn anhygoel ac yn werth chweil. Fe'n helpodd i ddod yn rhan gymuned Aberystwyth a themlo ein bod yn cyfrannu ac yn dysgu. Mae wedi agor ein llygaid i broblemau amgylcheddol, ac mae'r ddau ohonom bellach yn bwriadu gwneud astudiaethau pellach ar gynaliadwyedd - diolch am ein hysbrydoli ni!" (Johnny a Holly, Gwirfoddolwyr)*

Oherwydd natur gwirfoddoli, ar brydiau gall fod yn anodd dod o hyd i wirfoddolwyr a'u recriwtio. Er enghraifft, bu'n anodd recriwtio gwirfoddolwyr i gasglu bwyd ar nosweithiau Sadwrn am



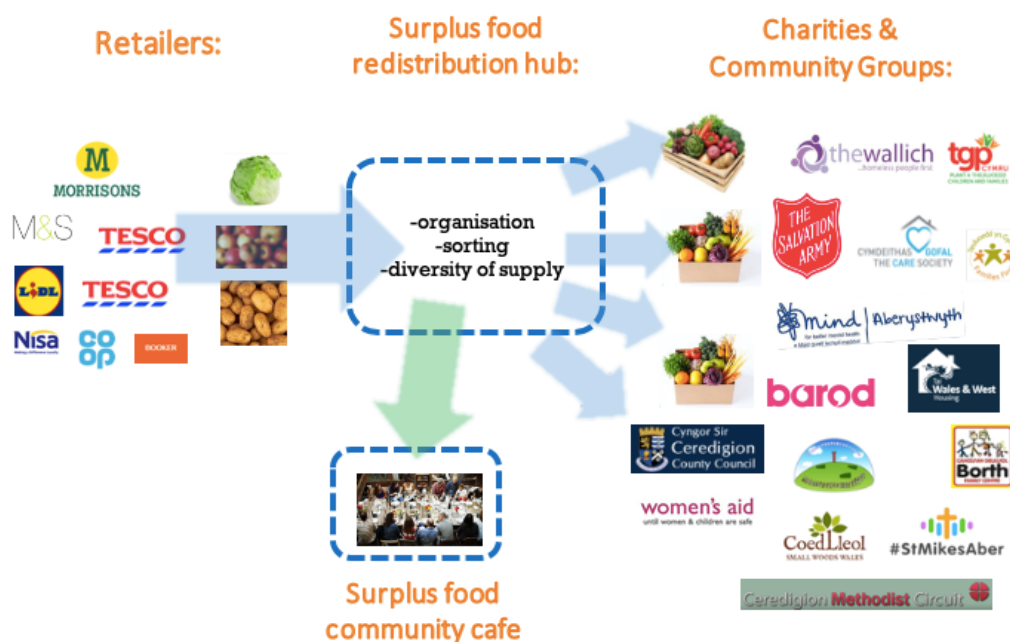
Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



8:30pm a phrynhawniau Sul, ac roedd rhai problemau o ran gallu dibynnu ar wirfoddolwyr. Fodd bynnag, mae mewnbwn gwirfoddolwyr yn amhrisiadwy i ysbryd ac agosatwydd cymunedol a bu'n hanfodol i fenter Bwyd Dros Ben Aber a lleihau gwastraff bwyd archfarchnadoedd.

### Aiddosbarthu: Casglu a dosbarthu

Mae gwaith casglu a dosbarthu bwyd wedi cynyddu wrth i fwy a mwy o wirfoddolwyr gymryd rhan yn y prosiect. Ar adegau yn ystod y prosiect roeddem yn casglu mwy o fwyd nag yr oedd modd i ni ei aiddosbarthu, felly nid ydym wedi mynd ati i drefnu mwy o gasgliadau tan i ni sicrhau mwy o bosibiliadau dosbarthu eraill yn y gymuned. Cynhelir casgliadau rheolaidd o bum archfarchnad fawr yn ogystal â chasgliadau ad hoc o siopau eraill. Yna caiff y bwyd hwn ei aiddosbarthu i amrywiaeth o grwpiau cymunedol ac elusennau, fel y gwelir isod.



Mae'r bwyd yn aml yn agos at ddiwedd ei oes ac felly ni all grwpiau cymunedol ac elusennau dderbyn gormod gan y bydd wedi mynd yn hen cyn cael ei ddefnyddio. Mae rhai prosiectau'n cymryd mwy o fwyd pan fydd eu staff yn cyflwyno sesiynau coginio i'w cleientiaid. Pe bai hyn yn digwydd yn amlach a bod lle mewn cegin gymunedol byddai potensial i goginio mwy o fwyd, ac felly byddai lle i wneud casgliadau ychwanegol o archfarchnadoedd, gan ddefnyddio a lleihau gwastraff bwyd ymhellach.

### Adborth

Mae adborth gan y grwpiau a'r elusennau dan sylw bob amser yn gadarnhaol ac rydyn ni'n annog adborth gan y prosiectau wrth i ni gyfathrebu â nhw. Mae'r grwpiau a'r elusennau



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





wedi bod yn gwbl gefnogol i ymdrechion i gaffael mwy o gyllid gan fod y gwasanaeth hwn yn hanfodol iddyn nhw a'u cleientiaid. Mae llawer o aelodau staff yr elusen yn cymryd rhan yng Ngrŵp Llywio'r Prosiect, ar lefel sgysiol wrth ddylanwadu ar y prosiect, ac yn y gwaith o gysylltu prosiect Bwyd Dros Ben Aber â chleientiaid. Fel arfer, mae adborth yn ymwneud â chael mwy o ddanfoniadau, llai o fara, neu eitemau bwyd penodol ar gyfer digwyddiadau penodol. Mae cleientiaid elusennol yn teimlo'n gadarnhaol am effaith y bwyd hwn ar eu profiadau ac effaith gadarnhaol y digwyddiadau cymunedol.

### Data Gwastraff Bwyd

Mae Bwyd Dros Ben Aber wedi bod yn pwysu a logio'r holl wastraff bwyd a gasglwyd o archfarchnadoedd sef cyfanswm o 15.7 tunnell gydol cyfnod y prosiect peilot. Mae mesur pwysau'r gwastraff bwyd yn fater pwysig i ni. Mae data Rhaglen Gweithredu'r Cynllun Gwastraff ac Adnoddau (WRAP, dim dyddiad)<sup>1</sup> yn dangos bod 420g o wastraff bwyd yn cyfateb i bryd bwyd cyfartalog, ac felly'n ffordd o fesur ein heffaith. Mae hyn yn dangos bod ein gwaith ailddosbarthu bwyd yn y flwyddyn Ebrill 2018 – Mai 2019 wedi darparu dros 37,381 o brydau bwyd yng nghymuned Aberystwyth.

Ar ben hyn, mae'r holl eitemau mae archfarchnadoedd yn eu darparu i sefydliadau ailddosbarthu bwyd yn cael eu cyfrif fel rhodd, sy'n cael ei ddidynnu o filiau treth archfarchnadoedd. Felly, drwy ddeall y tunelli o wastraff bwyd sy'n cael eu harbed o safleoedd tirlenwi, gallwn fesur yr arbedion costau rydyn ni'n eu gwneud i gwmnïau mawr yr ardal. Mae hyn yn amlygu pa mor bwysig yw ehangu ymdrechion ailddosbarthu a hwyluso'r economi gylchol i ddarparu manteision i fusnesau lleol sydd ar hyn o bryd yn gwario tua £8000 y flwyddyn ar waredu gwastraff bwyd (Bwyd Dros Ben Aber, 2019)<sup>2</sup>.

### Dynameg Pŵer Gwastraff Bwyd: Ateb i dlodi bwyd?

Ym marn rhai sefydliadau, mae ailddosbarthu gwastraff bwyd yn ddull o drechu a mynd i'r afael â thlodi bwyd. Fodd bynnag, nid yw Bwyd Dros Ben Aber yn cytuno â hyn gan nad yw'n rhoi pwyslais ar leihau gwastraff bwyd ond yn hytrach yn gadael i wastraff bwyd ddigwydd fel bod modd ei ailddosbarthu a'i roi i bobl mewn tloidi bwyd. Mae gwastraff bwyd a thlodi bwyd yn ddau fater ar wahân.

Mae ein dull a'n hethos ni'n mynd at wraidd y broblem, h.y. lleihau gwastraff bwyd a sicrhau nad yw'n codi. Nid yw ailddosbarthu bwyd i bobl mewn tloidi bwyd yn datrys problem tloidi bwyd gan nad yw'n mynd i'r afael â'r rheswm pam mae tloidi bwyd yn digwydd yn y lle cyntaf ac nid yw'n broses sy'n grymuso'r rhai sy'n derbyn y bwyd hwn. Dyma un rheswm pam nad ydyn ni'n ailddosbarthu gwastraff bwyd i fanc bwyd Jubilee Storehouse ym Mhenparcau. Cymorth bwyd mewn argyfwng yw hyn i ni.

Er bod llawer o'n gwaith ar hyn o bryd yn canolbwyntio ar ailddosbarthu gwastraff bwyd i bobl a allai fod mewn tloidi bwyd neu rai sy'n agored i niwed yn ein cymdeithas, rydyn ni'n gobeithio cefnogi'r grwpiau a'r elusennau rydyn ni'n cydweithio â nhw i chwilio am, a darparu ffyrdd mwy grymus o gael gaffael ar fwyd i'r grwpiau hyn o bobl. Hefyd, fel y gwelsom yn uniongyrchol drwy'r prosiect peilot hwn, nid yw gwastraff bwyd yn ffynhonnell fwyd gynaliadwy a dibynadwy



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



oherwydd does dim gwastraff bwyd ar gael i'w gasglu ambell ddiwrnod. Felly, ni allai hyn fod yn ateb i dlodi bwyd. Dyw'r gwastraff bwyd sy'n cael ei gasglu gan Bwyd Dros Ben Aber ddim ar gyfer grŵp penodol o bobl, ond ar gyfer pawb. Trwy gydol y prosiect peilot rydyn ni wedi pwysleisio a chyfleu'r neges hon, a byddwn yn parhau i roi'r ffocws ar leihau gwastraff bwyd.

### 2.1.2 Atebion rheoli gwastraff

Dechreuodd y prosiect atebion rheoli gwastraff drwy archwilio pa fathau o wastraff bwyd oedd yn cael eu creu yn Aberystwyth. Daeth pedwar math o wastraff bwyd i'r amlwg: gwastraff bwyd bwyadwy (tymheredd amgylchol/ ar ei orau cyn); gwastraff bwyd bwyadwy (wedi'i oeri/ ei goginio/ ei baratoi ymlaen llaw/ dyddiad defnyddio olaf); toriadau a philion; a gwastraff plât. Drwy ymchwilio i'r rheoliadau iechyd a diogelwch am waredu gwastraff ac aiddosbarthu bwyd, aeth Bwyd Dros Ben Aber ati i chwilio am atebion posibl ar gyfer sut y gellir atal y gwahanol fathau hyn o wastraff bwyd a lleihau effeithiau gwaredu. Mae'r diagram isod yn tynnu sylw at yr atebion a nodwyd o'r ymchwiliad hwn. Y cam nesaf oedd nodi pa mor ymarferol yw gweithredu'r atebion hyn yn Aberystwyth, gan gychwyn trwy holi busnesau bwyd lleol.



## FOOD WASTE SOLUTIONS



## FOOD WASTE PROBLEMS



### Ymgysylltu â busnesau



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



Ym mis Gorffennaf 2018, trefnodd Bwyd Dros Ben Aber ddigwyddiad i ymgysylltu â busnesau lleol, er mwyn cyflwyno'r atebion gwastraff bwyd hyn a gweld faint o ddiddordeb oedd ymhlith busnesau bwyd, h.y. caffis, bwytai a siopau bach. Er bod cryn ddiddordeb gan lawer o fusnesau lleol, prin oedd y mynychwyr oherwydd ymrwymiad amser ac argaeledd rheolwyr busnesau bwyd lleol. Roedd hyn yn profi bod angen dull a oedd wedi'i deilwra'n well, er mwyn diwallu anghenion busnesau bach annibynnol un-i-un. Law yn llaw â hyn, gwnaethom nodi'r diddordeb yn y gymuned leol o'r atebion gwastraff bwyd hyn, sydd wedi eu nodi isod ynghyd ag effeithiau a chyflawniadau hyd yma.

### Oergell gymunedol

- Cynnal digwyddiad hyrwyddo oergell gymunedol – arddangos y cysyniad a'r syniad o oergell gymunedol a thrafodaeth yn canolbwyntio ar logisteg, lleoliadau posibl, gwirfoddolwyr, cynnal a chadw a chyllido. Roedd y camau nesaf yn cynnwys sefydlu "Pwyllgor Llywio Oergelloedd". (daeth 35 o bobl ynghyd) (Mai 2018)
- Cynnal cyfarfodydd gyda Phwyllgor Llywio Oergelloedd ac asesu lleoliadau posibl, materion logisteg, iechyd a diogelwch, gan ymgysylltu â rhanddeiliaid lleol a grwpiau cymunedol â diddordeb (Mehefin 2018)
- Cyflwyno arddangosiadau dros dro ar oergelloedd cymunedol mewn digwyddiadau cyhoeddus – Bandstand a Gŵyl Sea2Shore Aber (Gorffennaf/Awst 2018)



- Ymweliad ag oergell gymunedol Pontio Bro Gwaun yn Abergwaun ac Wdig i gwrdd â'r tîm, casglu syniadau a chael profiad o oergell gymunedol lwyddiannus ar waith (Gorffennaf 2018)
- Cyflwyniad i Gyngor Tref Aberystwyth wnaeth addo cefnogi'r fenter yn llawn (Medi 2018)



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





- Ymgysylltu â busnesau lleol i ofyn am gefnogaeth i'r fenter, a chasglwyd 40 o lofnodion cadarnhaol (Medi 2018)
- Derbyn cyllid gan Tai Ceredigion (£1500) a Rhwydwaith Oergell Gymunedol Hubbub Foundation er mwyn helpu i sefydlu oergell gymunedol yn Aberystwyth (£4900) (Medi 2018)
- Ymchwilio i safleoedd posibl ar gyfer yr oergell gymunedol (Hydref – Rhagfyr 2018)
- Sicrhau contract rhent diogel ar leoliad ar gyfer y ganolfan a'r oergell gymunedol yng nghanol tref Aberystwyth – 15 Stryd Chalybeate (Chwefror 2019) i ddechrau ym mis Mawrth 2019
- Gwneud gwaith gwella'r adeilad a phrosesau paratoi yn lleoliad yr oergell gymunedol (Mawrth / Ebrill 2019)
- Sicrhau cyllid grant llwyddiannus gan Gyngor Tref Aberystwyth (£4510) i gyfrannu tuag at gostau cychwyn a rhentu gofod oergelloedd cymunedol (Mai 2019)
- Agoriad meddal gofod Oergell Gymunedol (Mai 2019) a datblygiadau parhaus, recriwtio gwirfoddolwyr a pharatoadau parhaus ar gyfer y gofod (Mai / Mehefin 2019)
- Wedi llwyddo i sicrhau cyllid grant gan y Gronfa Loteri Fawr – cynllun Pobl a Lleoedd er mwyn cyflogi aelodau staff llawn amser am 18 mis i sefydlu, gweithredu a darparu'r oergell gymunedol a'r ganolfan – ECO – Amgylchedd, Cymuned, Cyfle – Prosiect Canolfan Rhannu Bwyd (Mai 2019)

### Compostio cymunedol

- Asesu'r syniad a'i ymarferoldeb drwy drafod gyda chysylltiadau garddio a thyfu bwyd lleol, Gardd Gymunedol Penglais, Adran Wastraff Cyngor Sir Ceredigion, Llwybrau at Ffermio, ac astudiaeth ddesg (Ebrill 2018 – ar waith)
- Cynhyrchu templedi o gynllun compostio cymunedol ar gyfer digwyddiad 'Reimagine Aberystwyth' Bwyd Dros Ben Aber (Medi 2018) a chymryd mesur o'r diddordeb
- Dechrau trafodaethau gyda Chanolfan Ddydd Padarn ynghylch defnyddio eu safle fel cynllun peilot compostio cymunedol ar ôl meithrin perthynas o ddarparu cinio sbarion wythnosol gyda'r Ganolfan (Rhagfyr 2018 – ar waith)
- Cychwyn trafodaethau gyda Rhandiroedd Aberystwyth, Cyngor Sir Ceredigion, Prifysgol Aberystwyth, trigolion lleol ac aelodau o'r cyhoedd i benderfynu ar y posibilrwydd o gydweithio (Gorffennaf 2018 – ar waith)
- Adeiladu ar gydberthynas â busnesau lleol sydd â diddordeb ynghylch casglu gwastraff bwyd organig anfwytadwy (toriadau a phillion) ar gyfer compostio. Arweiniodd hyn at drafodaethau gyda phartneriaid allweddol â diddordeb (Medina, The Grail, Baravin, Caffi Mikeys) ynghylch faint (kg) o wastraff bwyd y gellid ei gasglu (Tachwedd 2018 – ar waith)
- Archwilio opsiynau posibl ar gyfer casglu gwastraff bwyd oddi wrth fusnesau lleol sydd â diddordeb, h.y. cerbydau trydan, beiciau/ beiciau trydan gyda threlars (Mawrth 2019 – ar waith)



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



- Cael Trwydded Cludo Gwastraff gan Cyfoeth Naturiol Cymru (Hydref 2018)
- Yn y cam dichonoldeb ar hyn o bryd, gyda gwaith sylfaen, adnoddau, templedi, deunydd hyrwyddo ac addysgol yn barod am y camau nesaf gan gynnwys sicrhau cyllid i Swyddog Prosiect gyflawni'r fenter hon.

### Apiau gwastraff bwyd

- Hyrwyddo'r defnydd o ddau ap ffôn clyfar gwastraff bwyd (apiau) – OLIO a Too Good To Go, drwy ddigwyddiadau, rhannu ar-lein, e-bost a'r cyfryngau cymdeithasol (Gorffennaf 2018 – ar waith)
- Ymgysylltu â thîm OLIO, gofyn am ddeunydd hyrwyddo ac adnoddau (Gorffennaf 2018)
- Treialu ac arbrofi gydag ap OLIO (Awst 2018)
- Arddangos a chyflwyno OLIO yn nigwyddiad Arddangosfa Bwyd Dros Ben Aber - Reimagine Aberystwyth (Medi 2018)
- Parhau i hyrwyddo ac arddangos ap OLIO, gyda chynlluniau ar waith i gyflwyno digwyddiad plattform cymunedol sy'n canolbwyntio ar apiau gwastraff bwyd (ar waith)

### Bwyd anifeiliaid

- Cynnal astudiaeth ddesg i archwilio dichonoldeb yn yr ardal leol ac ymgysylltu â Chyngor Sir Ceredigion a WRAP (Rhaglen Gweithredu'r Cynllun Gwastraff ac Adnoddau) Cymru (Gorffennaf 2018)
- Archwilio manau/cyrchfannau bwyd anifeiliaid lleol posibl drwy gysylltiadau a rhwydweithiau lleol a meithrin perthynas â Dyfi Dairy (Mehefin – Hydref 2018) a sgyrsiau parhaus gyda Borth Wild Animal Kingdom (Tachwedd 2018 – ar waith)
- Yn y cam dichonoldeb ar hyn o bryd, gyda'r camau nesa'n cynnwys sicrhau cyllid ar gyfer Swyddog Prosiect i gyflawni'r fenter hon.

## 2.2 Allgymorth cymunedol



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





## Nodau ac amcanion

Roedd elfen allgymorth cymunedol y prosiect yn canolbwyntio ar bum maes allweddol: Llwyfan cymunedol wythnosol; Cydweithrediad y Brifysgol; Ymgysylltu ag ysgolion; Ieuenctid a'r Henoed; Ymgysylltu ag elusennau. Roedd gan y tîm brofiad eisoes o gyflwyno digwyddiadau ymgysylltu cymunedol a gweithdai addysgol effeithiol, ac roedd bwriad i ehangu'r gwaith hwn ymhellach.

Llwyfan cymunedol: Y nod oedd ehangu'r caffi cymunedol Pay As You Feel sydd eisoes yn llwyddiannus i ardaloedd ehangach yn y gymuned a chyflawni hyn yn amlach. Felly, archwiliwyd llwyfan cymunedol wythnosol mewn pedair ardal benodol o'r dref yn cylchdroi'n fisol wrth sefydlu partneriaid newydd.

Ymgysylltu ag ysgolion: Y nod oedd cyflwyno dwy sesiwn gweithdy ysgol yn rhedeg ar yr un pryd a chynnal y rhain o leiaf ddwywaith gydol y flwyddyn. Eu diben oedd datrys materion fel sofraniaeth bwyd, tloedi, cyfiawnder, cadwyni cyflenwi lleol, gwastraff bwyd cartref, ac agweddau amgylcheddol, cymdeithasol a diwylliannol ar wastraff bwyd.

Cydweithrediad y Brifysgol: Datblygu cydweithrediad wythnosol a fyddai'n defnyddio manau arlwygo Prifysgol Aberystwyth fel lle i gysylltu pobl â materion gwastraff bwyd, e.e. gweini cawl bwyd dros ben Pay As You Feel amser cinio mewn man arlwygo gwahanol bob wythnos, a threfnu digwyddiad bwyd ar llwyfan cymunedol gyda'r nos yn y Brifysgol unwaith y mis

Ieuenctid a'r Henoed: Y nod oedd archwilio rhannu a dysgu rhwng y cenedlaethau drwy gysylltu grwpiau pobl ifanc a phobl oedranus â'i gilydd a datblygu prosiect Straeon Bwyd.

Ymgysylltu ag elusennau: Y nod oedd adeiladu ar berthynas dda oedd gennym eisoes gydag elusennau derbyn bwyd dros ben a grwpiau cymunedol, ac ymgysylltu â'u cleientiaid wrth ddefnyddio'r bwyd dros ben yn effeithiol drwy sesiynau coginio cyfranogol a digwyddiadau rhannu bwyd.

## Gweithgarwch a chyflawniadau'r prosiect

### 2.2.1 Llwyfan cymunedol

Wedi'r archwiliad cychwynnol, nid oedd y llwyfan cymunedol wythnosol yn ymarferol, oherwydd amser ac adnoddau staffio. Fodd bynnag, ers Ebrill 2018, rydym wedi darparu dros 50 o ddigwyddiadau llwyfan cymunedol bwyd dros ben Pay As You Feel gan ymgysylltu â thua 4000 o bobl. Mae hyn hefyd wedi cynnwys cydweithio â nifer o grwpiau a sefydliadau cymunedol i weithredu digwyddiadau bwyd dros ben ar draws 15 lleoliad lleol. Roedd hyn yn cyfateb i tua 2500 o brydau bwyd ac wedi grymuso dros 200 o wirfoddolwyr i gyd-gyflwyno'r digwyddiadau hyn gan ddarparu sgiliau a phrofiad trosglwyddadwy hanfodol. At hynny, rydym wedi ehangu a meithrin perthynas â 25 o sefydliadau i gynnal digwyddiadau, ymgynghoriadau a gweithdai ar thema gwastraff bwyd, ac rydym yn rhoi sylw i rai ohonynt isod.



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



Cymdeithas Cynaliadwyedd Prifysgol Aberystwyth, Undeb Myfyrwyr Prifysgol Aberystwyth, WRAP Cymru, Busnes Cymru, Y Ganolfan Dechnoleg Amgen, Cyngor Tref Aberystwyth, Gerddi Cymunedol Penglais, Llwybrau at Ffermio, Arad Goch, Canolfan Deuluol Borth, Eglwys Santes Anne, Jubilee Storehouse, Coed Lleol, Cyfeillion y Ddaear, Aberystwyth Diblastig, Llysgenhadon Ieuenctid Ceredigion, CODA, Clwb Rhwyfo Borth, Côr Gobaith, TGB Cymru, Aberystwyth ar y Blaen, Menter Aberystwyth, Byddin yr Iachawdwriaeth, Gwasanaeth Atal a Chyfiawnder Ieuenctid, RAY Ceredigion



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



## 2.2.2 Ymgysylltu ag ysgolion

Dros gyfnod y prosiect, mae gweithgareddau ymgysylltu ag ysgolion wedi cyrraedd dros 700 o fyfyrwyr mewn pum ysgol leol – Ysgol Gynradd Plascrug, Ysgol Gynradd Padarn Sant, Ysgol Gynradd Llwyn yr Eos, Ysgol Uwchradd Penglais ac Ysgol Uwchradd Penweddig. Roedd hyn yn cynnwys gwasanaethau ysgol, gweithio gydag Eco-Bwyllgor yr ysgol, rhoi cyflwyniad i fyfyrwyr profiad gwaith, a chyflwyno gwersi a dosbarthiadau. Mae enghreifftiau o themâu y gwersi a gyflwynwyd yn cynnwys:

- Gwastraff Systemig ac Archfarchnadoedd: Ai aiddosbarthu bwyd yw'r ateb?
- Pwy sydd angen gwastraff bwyd? Diogelwch bwyd v Sofraniaeth bwyd
- Y bwyd rydyn ni'n ei fwyta: pwy sy'n gyfrifol am wastraff bwyd?
- Ein system fwyd: effaith gwastraff bwyd a'n dewisiadau bwyd
- Beth sy'n achosi gwastraff bwyd yn ein cartrefi a'n cymunedau?
- Milltiroedd bwyd ac olion traed amgylcheddol
- Sut gall mentrau cymdeithasol newid pethau



*“Roedd y gwersi a gyflwynwyd gan griw Bwyd Dros Ben Aber wedi'u cynllunio'n dda, yn ysgogi'r meddwl ac yn ddiddorol i'r myfyrwyr. Roedd yn amlwg bod y cyflwynwyr wedi gweithio'n galed i sicrhau bod eu cyflwyniadau mor gywir â phosibl o ran manylebau'r arholiadau. Roedd y gwersi'n cynnwys pob math o weithgareddau, megis trafodaethau, cyflwyniadau a sesiynau holi ac ateb. Fe wnaeth y criw Blwyddyn 11 fwynhau'r cyflwyniadau yn fawr iawn, ac mae croeso i BDBA ddychwelyd i Benglais unrhyw bryd”*  
(Mr Daniel Jonson, Pennaeth Daearyddiaeth, Ysgol Penglais, Ebrill 2019)



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





### 2.2.3 Cydweithio â'r Brifysgol

Ar ôl trafodaethau cychwynnol gyda staff Gwasanaethau Lletygarwch Prifysgol Aberystwyth, roedd diddordeb brwd mewn cydweithio a datblygu ac ennyn diddordeb myfyrwyr mewn materion bwyd a gwastraff bwyd. Fodd bynnag, gydag adnoddau cyfyngedig y Brifysgol a Bwyd Dros Ben Aber, symudodd dull ymgysylltu'r Brifysgol tuag at fwy o ddigwyddiadau hyrwyddo gydol y flwyddyn a darlithoedd / gweithdai addysgol. Roedd enghreifftiau o hyn yn cynnwys:

- Standin gwastraff bwyd a beic smwddi – Smoothies Surplus yn Ffair y Glas (Medi 2018)
  - Standin gwybodaeth am wirfoddoli gyda Bwyd Dros Ben Aber yn Ffair Gwirfoddoli'r Glas (Medi 2018)
  - Wythnos Gwirfoddoli Myfyrwyr – cydweithio ag Undeb y Myfyrwyr i ddarparu cyfleoedd gwirfoddoli – casgliadau bwyd dros ben a didoli bwyd dros ben (Chwefror 2019)
  - This Girl Can – cydweithio ag wythnos grymuso menywod – standin gwybodaeth am fwyd dros ben (Chwefror 2019)
  - Cyflwyno sgwrs a gweithdy mentrau cymdeithasol i staff a myfyrwyr fel rhan o Aberpreneurs - rhaglen fenter y Gwasanaeth Gyrfaoedd (15 yn cymryd rhan) (Hydref 2018)
  - Traddodi darlith addysgol ar gyfer cwrs MSc Newid, Effaith ac Addasu Amgylcheddol, modiwl Newid Amgylcheddol ar Waith "Community grassroots initiatives" (12 myfyriwr yn cymryd rhan) (Chwefror 2019) a modiwl Rheolaeth Amgylcheddol cwrs Daeryddiaeth a Gwyddorau Daear Blwyddyn 2 "Grassroots Environmental Change" (80 o fyfyrwyr yn cymryd rhan) (Chwefror/Mawrth 2019)
  - Rhwydweithiau gwell gyda'r gymdeithas fyfyrwyr 'The Organic Food Coop' trwy gasglu bwydydd dros ben
- Ar ben hynny, mae Bwyd Dros Ben Aber wedi cryfhau'r cysylltiadau â'r Ganolfan Dechnoleg Amgen ym Machynlleth ac wedi cyflwyno darlith a gweithdy ymarferol i fyfyrwyr Meistr Ysgol Graddedigion yr Amgylchedd, o'r enw "A Zero a Food Waste Community" a " A social enterprise approach to a more resilient food system " (60 o fyfyrwyr yn cymryd rhan) (Chwefror 2019)

### 2.2.4 Ieuentid a'r Henoed

Cynhaliwyd archwiliadau i weld sut y gallwn ni gynnwys a chael gafael ar grwpiau henoed, grwpiau ieuentid a phobl ifanc er mwyn hwyluso'r broses o gysylltu â'r grwpiau hyn. Arweiniodd hyn at drafodaethau cychwynnol a chydweithrediadau posibl gyda Chanolfan Ddydd Aberystwyth, Age Cymru a grŵp Cinio'r Henoed Eglwys St Michael's. Datblygodd trafodaethau gydag Age Cymru ymhellach, ac amlinellir y canlyniadau isod. Yn ogystal, sefydlwyd perthynas â Tai Ceredigion i ymgysylltu â'r grŵp sydd ganddynt i bontio'r cenedlaethau, sef Clwb Ni, sy'n cysylltu tenantiaid oedranus â phlant Ysgol Gynradd Plascrug. Mae'r trafodaethau hyn yn parhau er mwyn trefnu cydweithrediad. Isod ceir amlinelliad pellach o waith allgymorth ac ymgysylltu â phobl ifanc a grwpiau ieuentid.



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



### Tîm o amgylch y Teulu – Sera Coles

- Rhannu gwastraff bwyd gyda'r hyfforddwr coginio Sera Coles. Mae Sera yn darparu gweithdai coginio ar gyfer pobl ifanc yn eu harddegau sy'n ei chael hi'n anodd cymryd rhan mewn amgylcheddau ysgol. Mae'r gweithdai'n annog hunanhyder a gwaith tîm, ac mae Sera yn pwysleisio sut mae mynd â phryd o fwyd adref i'r teulu o fudd i'r berthynas deuluol (Ebrill 2018 – ar waith).

### RAY Ceredigion – Diwrnod Hwyl Plant Aberaeron

- Diwrnod llawn dop o wneud smwddis o wastraff bwyd ar 'feic smwddi'. Buom yn siarad â channoedd o deuluoedd am wastraff bwyd ac yn rhannu stori prosiect Bwyd Dros Ben Aber. Cafodd plant ifanc gyfle i ddefnyddio ffrwythau gwastraff bwyd i gymysgu smwddi ar y beic smwddi (Awst, 2019).

### TGP Cymru: Plant a Theuluoedd – Noson Ddiogelu

- Darparu bwyd ar gyfer noson TGP ar ddiogelu ieuencid. Roedd cyfle i bobl ifanc rannu eu profiadau ar faterion bod yn ddiogel ar-lein, bwyta'n iach, cynhaliwyd gweithdy tloidi misglwyf, a thrafodwyd y cyfle i goginio gyda bwyd gwastraff a dylunio mentrau cymdeithasol (Tachwedd 2018).



### Llysgenhadon Cymunedol Aberystwyth

- Meithrin cysylltiadau â Llysgenhadon Cymunedol Aberystwyth a Chlwb Ieuencid Penparcau (11-17 oed) drwy Wasanaeth Ieuencid Cyngor Sir Ceredigion i gyd-baratoi pryd cymunedol o fwydydd dros ben, ac yna'r llysgenhadon yn eu dosbarthu i'w teuluoedd ac i Flwyddyn 6 Ysgol Gynradd Llwyn yr Eos (50 o bobl yn cymryd rhan) (Rhagfyr 2018).



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





Gallwch ddarllen mwy am y digwyddiad hwn ar ein blog [yma <https://www.aberfoodsplus.co.uk/blog/2019/1/30/young-people-host-pay-as-you-feel-meal-for-the-community>](https://www.aberfoodsplus.co.uk/blog/2019/1/30/young-people-host-pay-as-you-feel-meal-for-the-community).

### Gwasanaeth Atal a Chyfiawnder Ieuenctid – Cyngor Sir Ceredigion

- Cryfhau'r berthynas â Gwasanaeth Atal a Chyfiawnder Ieuenctid y Cyngor Sir drwy sicrhau bod bwyd dros ben ar gael ar gyfer y clybiau ieuenctid, triapiau dydd a chyfarfodydd
- Darparu sesiwn ymgysylltu gyda'r beic smwddi bwyd dros ben, 'Surplus Smoothies' (20 o blant yn cymryd rhan) (Ionawr 2019)
- Cynnal gweithdai coginio gwastraff bwyd gyda'r Gwasanaeth Atal a Chyfiawnder Ieuenctid. Roedd hyn yn caniatáu i'r grŵp ieuenctid gymryd rhan yn y gwaith o ddylunio ryseitiau gwastraff bwyd a pharatoi bwyd, gan ennyn diddordeb pobl ifanc i drafod tarddiad eu bwyd, a phwysigrwydd lleihau gwastraff bwyd. Roedd y bobl ifanc i'w gweld yn falch o allu mynd â'u prydau adref gyda nhw, a phenderfynu sut i rannu eu prydau gyda'u teulu (20 o blant yn cymryd rhan) (Mai 2019)

### Age Cymru

- Mynychu Cyfarfod Cyffredinol Blynnyddol grŵp Age Cymru Borth. Mae gan y grŵp hwn agenda prysur ac nid ydynt yn cyfarfod yn aml, felly roeddem yn gwerthfawrogi'r cyfle i fynd i'r Cyfarfod Cyffredinol Blynnyddol a rhannu'r prosiect gyda nhw. Anogwyd gwirfoddolwr i gyflwyno'r prosiect, a hwyluswyd trafodaeth gyda sesiwn holi ac ateb. Yn ystod egwyl te a bisgedi, cynhaliwyd cyfweiliadau byr gydag unigolion i gasglu straeon bwyd a gwastraff bwyd. Thema gyffredin oedd sut mae gwastraff bwyd a'n ffordd o reoli hynny wedi newid gyda threigl amser (Ionawr 2019).

### **2.2.5 Ymgysylltu ag elusennau**

- Rydym wedi gweithio gyda chanolfan deuluol Wallich, Byddin yr Iachawdwriaeth, The Well a Chanolfan Deuluol Borth er mwyn cydlynu'r bwydydd i'w danfon i'w clybiau cinio.
- Trwy gydweithio â chlwb cinio Byddin yr Iachawdwriaeth a chleientiaid, llwyddwyd i ddarparu gweithdai coginio ar gyfer cleientiaid a fyddai'n mynychu cinio rhad. Dywedodd cleientiaid eu bod am helpu a rhoi rhywbeth yn ôl yn hytrach na chael rhywun i goginio a gweini drostynt, a'u bod angen mwy o bethau i wneud. Ar ôl 6 wythnos o gymorth coginio, aeth un cleient i weithio ar glwb cinio Byddin yr Iachawdwriaeth, ac mae eraill wedi parhau i wirfoddoli gyda Bwyd Dros Ben Aber (Mai 2018 – ar waith)
- Rydym wedi gweithio gydag elusennau i ennyn diddordeb eu cleientiaid i goginio gyda Bwyd Dros Ben Aber, ac mae hyn wedi rhoi profiad gwaith i rai cleientiaid fynd ymlaen i swyddi arlwyo a swyddi cysylltiedig â bwyd. Mae hefyd wedi bod yn gyfrwng gwerth chweil i gleientiaid dreulio eu hamser, gan gymdeithasu a chael boddhad o gyflawni rhywbeth.



Rydyn ni wedi darparu cyfleoedd coginio i gleientiaid o Ganolfan Deuluol Borth, Cymdeithas Gofal, Wallich, Tai Wales and West, The Hatch a Byddin yr Iachawdwriaeth.

- Wedi cael tystysgrifau DBS manylach llwyddiannus (Tachwedd 2018)

- Rydym wedi gweithio gyda Chanolfan a Fforwm Cymunedol Penparcau i gynnal banc bwyd wythnosol ar fore Sadwrn sy'n ategu banc bwyd Jubilee Storehouse. Dim ond bara mae banc bwyd Jubilee Storehouse yn ei gymryd gan Bwyd Dros Ben Aber gan fod modd ei rewi, ond mae gweddill y bwyd yn cynnwys tuniau a bwyd sych. Mae banc bwyd bore Sadwrn yn y Ganolfan yn fanc bwyd ffres sy'n agored i bawb. Mae gan y Ganolfan gyfleusterau coginio gwych; fodd bynnag, nid ydym wedi gallu defnyddio'r cyfleusterau hyn ar y cyd ac mae'n well gan grwpiau rydyn ni'n cydweithio â nhw ddefnyddio llefydd eraill.

- Mae Bwyd Dros Ben Aber wedi bod yn gweithio gydag Eglwys Santes Anne sy'n cynnal banc bwyd Jubilee Storehouse i gefnogi eu rhaglen cinio haf. Mae'r rhaglen hon yn darparu prydau cinio am ddim i deuluoedd yr ardal yn ystod gwyliau'r haf pan fydd ysgolion ar gau. Mae'r rhaglen ginio wedi'i chynllunio i leddfu'r straen ariannol ar deuluoedd sy'n derbyn prydau ysgol am ddim weddill y flwyddyn. Cynhaliodd Bwyd Dros Ben Aber dri phryd bwyd wythnosol er mwyn rhannu gyda'r teuluoedd a fynychodd y cinio pa mor werthfawr yw bwyd dros ben. Llwyddodd hyn i godi ymwybyddiaeth o brosiect Bwyd Dros Ben Aber, ei nodau a'i amcanion, a chryfhau perthynas y prosiect â'r eglwys.

Yn dilyn y prydau bwyd amser cinio, aeth Bwyd Dros Ben Aber ymlaen i gynnal dau ddigwyddiad cymunedol gyda'r nos yn yr eglwys. Yn y digwyddiadau, cafwyd cyflwyniad pellach ar waith Bwyd Dros Ben Aber ac archwiliwyd syniadau aelodau'r gymuned ar ffyrdd gwahanol o rannu bwyd. Roedd y digwyddiad hwn yn sail ar gyfer digwyddiadau yn y dyfodol, gan fod aelodau'r gymuned yn awyddus i archwilio'r syniad o sefydlu sinema dros dro.

-Mae Bwyd Dros Ben Aber wedi ymgysylltu â Chanolfan Deuluol Borth i sicrhau bod bwyd ar gael i'r teuluoedd maen nhw'n gweithio gyda nhw. Dilynwyd hyn gyda thri ymgynghoriad cymunedol. Roedd aelodau'r gymuned a fynychodd y prydau ymgynghori yn awyddus i drafod grwpiau cymunedol eraill a allai elwa ar fod yn rhan o'r prosiect. Roedd aelodau'r gymuned am gefnogi Bwyd Dros Ben Aber a rhannu bwyd dros ben ar gyfer digwyddiadau eraill yn y gymuned. Mae hyn wedi galluogi Bwyd Dros Ben Aber i feithrin cysylltiadau â grwpiau cymunedol yn Borth. Mae'r grwpiau hyn wedi bod yn awyddus i rannu neges Bwyd Dros Ben Aber, a chodi ymwybyddiaeth o'r sefydliad, ac ers hynny rydym wedi ymateb i'r ymgynghoriad cymunedol hwn drwy ddarparu bwyd i grwpiau lleol Borth gan gynnwys Sgowtiaid Borth a Chlwb Rhwyfo Borth.

### Allgymorth Cymunedol Canolfan Padarn

Bu'r prosiect yn ymwneud â Chanolfan Padarn, yn ardal Llanbadarn, Aberystwyth. Canolfan ddydd sy'n cefnogi oedolion ag anawsterau dysgu yw Canolfan Padarn. Roedd rheolwyr a staff y ganolfan yn awyddus i agor y ganolfan i'r gymuned er mwyn dangos y gwaith mae'r staff cymorth a'r cleientiaid yn ei wneud yn y ganolfan a ledled y gymuned a chydweithio â



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



Bwyd Dros Ben Aber ar ôl clywed am ein gwaith ni. Mae gan y ganolfan gegin nad oedd yn cael ei defnyddio oherwydd toriadau staff, ac roedden nhw'n awyddus i'w hailagor fel ffordd o wahodd y gymuned i'r ganolfan a defnyddio'r lle hwn.

Ar ôl cychwyn trafodaethau a chynllunio, dechreuodd Bwyd Dros Ben Aber dreialu cinio bwyd dros ben wythnosol yn y ganolfan ym mis Tachwedd 2018. Roedd hyn yn cynnwys staff a gwirfoddolwyr Bwyd Dros Ben Aber yn coginio law yn llaw â chleientiaid a gweithwyr cymorth y ganolfan i baratoi cinio i weddill y cleientiaid a'r gweithwyr cymorth, gyda'r nod tymor hir o'i gynnig i'r cyhoedd a'r gymuned ehangach maes o law. Roedd yn gyfle i gleientiaid a staff ddysgu sgiliau newydd, mwynhau gweithio fel tîm, dysgu am faterion gwastraff bwyd a phwysigrwydd system fwyd gylchol, a chyfrannu at ddarparu prydau iach, maethlon a fforddiadwy i weddill y ganolfan. Llwyddodd y ganolfan i leihau costau anfon eu cleientiaid allan am ginio, helpu i greu awyrgylch amser cinio gwerth chweil a chymdeithasol a defnyddio'r ganolfan i'w llawn botensial.

Ym mis Mai 2019, daeth y prydau amser cinio wythnosol i ben oherwydd newidiadau rheoli yng Nghanolfan Padarn ac nid yw'r ganolfan yn fodlon diweddarau eu cofnodion diogelwch bwyd a'u rhwymedigaethau cyfreithiol. Er nad oedd y cinio bwyd dros ben wythnosol yn agored i'r cyhoedd fel caffi cymunedol ehangach, roedd adborth gan gleientiaid a staff yn dangos bob pawb yn mwynhau cydweithio ac yn teimlo'n hynod gadarnhaol ac wedi meithrin perthynas gref. Er enghraifft, mae rhai cleientiaid o Ganolfan Padarn wedi gwirfoddoli ar brosiectau eraill gyda Bwyd Dros Ben Aber, aildosbarthu bwyd a rhagor o ddigwyddiadau allgymorth cymunedol. Gyda thrafodaeth a chefnogaeth bellach gan y ganolfan, mae cryn botensial i adeiladu pontydd cymunedol a gwella cyfalaf cymdeithasol ymhellach.

### 2.3 Ymgyrchoedd, Hyrwyddo a Marchnata

Un agwedd gyffredinol allweddol ar y prosiect oedd gweithredu strategaeth gyfathrebu a marchnata effeithiol er mwyn parhau i godi ymwybyddiaeth a dangos pwysigrwydd y prosiect ac effeithiau diwylliannol, cymdeithasol, economaidd ac amgylcheddol gwastraff bwyd. Mae cyflawniadau ac effeithiau yn cynnwys:

- Datblygu logo a brand dwyieithog (Ebrill 2018)
- Nwyddau hyrwyddo - crysau-T, ffedogau a siacedi llachar o ffynonellau cynaliadwy/moesegol (Ebrill / Mai 2018)
- Datblygu gwefan – [www.aberfoodsplus.co.uk](http://www.aberfoodsplus.co.uk) (Gorffennaf 2018)

Bwyd Dros Ben  Food Surplus

Deliveries - NEW Events About Us What we do Get involved Blog Contact [Donate](#)

**Food is life.**  
**Let's not waste it.**

Food is precious. Wasting it is bad for our pockets and bad for our planet. Aber Food Surplus is taking action to reduce food waste in Aberystwyth, redistributing surplus food among the community. Together, we can change the way Aberystwyth, Wales and the world thinks about food.





## Aber Food Surplus

Aber Food Surplus is a pioneering and innovative organisation that organises weekly food surplus redistribution as well as providing community events and Pay As You Feel meals. The group currently redistributes 200kg of food a week from supermarkets to food charities and community groups, and has recently received Welsh Government Rural Development Programme funding to develop the project focused on waste management innovation and community outreach. We spoke to the co-founders, Heather Reilly, Chris Mervin and Chris Wynne, find out more.

What motivated you to set Aber Food Surplus? We were passionate about reducing food waste and supporting local charities and community groups, and the recently received Welsh Government Rural Development Programme funding to develop the project focused on waste

work towards a more resilient local food system and demonstrate the positive local impact our activities create.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

What are your favourite types of food waste? We enjoy the variety of food waste that we receive, from fresh produce to bread and pasta. It's exciting to see what we can do with it and to see it being used in new and creative ways.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

How do you see the future of food waste? We see a future where food waste is seen as a resource rather than a problem. We want to see more people taking responsibility for their food waste and finding creative ways to reuse it.

- Ehangu'r negeseuon cyfathrebu a hyrwyddo ar y cyfryngau cymdeithasol – Facebook (1300 yn 'hoffi') ac Instagram (244 o ddilynwyr) (mis Mai 2019)
- Erthyglau print ac ar-lein mewn cyhoeddiadau lleol – cylchgrawn EGO (Mehefin 2018), Clean Slate – Journal of Sustainable Living (Y Ganolfan Dechnoleg Amgen) (Medi 2018), a'r Cambrian News
- Erthyglau blog ar-lein ar gyfer Senedd@Aberystwyth y Cynulliad Cenedlaethol (Rhagfyr 2018) a Chyngor Sir Ceredigion (Ionawr 2019)
- Wedi ymddangos mewn fideo hyrwyddo ar gyfer Senedd@Aberystwyth y Cynulliad Cenedlaethol (Tachwedd 2018)
- Gwobrau a chydnyddiaethau – Gwobr Ymwybyddiaeth Amgylcheddol Menter Aberystwyth (Mehefin 2018), Gwobr Efydd Menter Iaith Ceredigion am ymrwymiad i'r Gymraeg (Awst 2018)





## 2.4 Ymchwil a datblygu

Elfen allweddol arall o'r prosiect oedd y thema ymchwil a datblygu gyda phwyslais ar gysylltu â mentrau a rhwydweithiau tebyg eraill, rhannu arferion gorau a dysgu, ac archwilio perthynas â mentrau a sefydliadau partner posibl ledled Cymru, gweddill y DU, ac yn rhyngwladol. Felly, elfen hanfodol oedd archwilio'r syniad o fod yn hunangynhaliol a chynaliadwyedd ariannol hirdymor y prosiect. Mae cyflawniadau ac effeithiau yn cynnwys:

- Cryfhau'r berthynas â'r Shrewsbury Food Hub a'r UK Food Hubsters Network i gyd-drefnu cyfarfod o ganolfannau bwyd y DU (Awst 2018 – ar waith). Ymweliad prosiect â'r Shrewsbury Food Hub i rannu syniadau ac arferion gorau (Mawrth 2019)
- Meithrin perthynas â'r rhwydwaith oergelloedd cymunedol ledled y DU – a weinyddir gan Hubbub
- Datblygu Grŵp Llywio prosiect gan gyfarfod bob deufis â rhanddeiliaid a phartneriaid lleol perthnasol
- Cyfarfodydd rheolaidd parhaus (bob 2-3 mis) gyda'r cynghorydd busnes cymdeithasol Nick Wilson (Busnes Cymdeithasol Cymru, Canolfan Cymdeithredol Cymru)
- Wedi ein dewis ar gyfer cwrs BioAccelerate Campws Arloesi a Menter Aberystwyth (Prifysgol Aberystwyth) i archwilio syniadau busnes cymdeithasol cynaliadwy hirdymor (Mai 2019)



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council





- Archwilio modelau hunan-gynaliadwyedd ariannol hirdymor posibl ar gyfer trafodaethau ac ymchwiliadau. Ceisiadau am arian nawdd i sicrhau cynaliadwyedd ariannol tymor byr/tymor canol (Hydref 2018 – ar waith)

### Adran 3. Strategaeth Ymadael – Symud ymlaen

Gan symud ymlaen o gyllid Cynnal y Cardi, nodwyd dwy elfen o'r prosiect sydd â'r potensial i gamu ymlaen yn gyflym a llywio Bwyd Dros Ben Aber i fod yn hunangynaliadwy maes o law; y ganolfan gymunedol/gofod oergell a ffrwd gwastraff bwyd amgen.

#### Canolfan Gymunedol a Gofod Oergell

Yn y cais am gyllid i Cynnal y Cardi, amlinellwyd cynllun i weithio tuag at ddatblygu canolfan gymunedol yng nghanol tref Aberystwyth. Nodwyd gweledigaeth i sefydlu oergell gymunedol fel rhan o ffrwd arloesi rheoli gwastraff y prosiect. Wrth gamu ymlaen, caiff y ddau syniad eu cyfuno mewn un lleoliad cymunedol.

Bydd yn lleoliad i bob aelod o'r gymuned ymgysylltu â'u system fwyd ac mae llawer o weithgareddau neu amcanion wedi'u cynllunio ar gyfer y lleoliad:

- Y fenter oergell gymunedol – lle i aelodau'r gymuned a busnesau gyfrannu neu gymryd bwyd sy'n gwbl addas i'w fwyta.
- Cegin fach o safon arlwyo – i'w defnyddio ar gyfer digwyddiadau caffi cymunedol, ac ar gael i fusnesau newydd lleol eu defnyddio am gost isel i annog entrepreneuriaeth bwyd.



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



- Lle ar gyfer grwpiau cymunedol – lle anffurfiol, cost isel y gall grwpiau cymunedol ei ddefnyddio i ymsefydlu a gweithio oddi yno.
- Digwyddiadau addysgol i hyrwyddo newid mewn ymddygiad cymunedol er lles yr amgylchedd.

Bydd cyfraniad y gymuned leol yn elfen bwysig o gyfeiriad a rhediad y prosiect hwn ac mae sawl ffordd y byddwn yn anelu at fanteisio i'r eithaf ar hyn. Mae creu swyddi cyflogedig yn flaenoriaeth ac rydyn ni wedi gwneud cais am arian er mwyn creu o leiaf ddwy swydd fel Swyddog Prosiect. Yn ogystal â'r swyddi hyn, bydd cyfleoedd ar gyfer nifer o gydlynwyr gwirfoddol a swyddi cynorthwyol. Er mwyn helpu i gyflawni ein nodau a'n hamcanion fel sefydliad, byddwn yn parhau i weithio'n agos gyda mentrau amgylcheddol lleol eraill a sefydliadau'r trydydd sector.

Bydd y prosiect hwn yn cynnig lluo o fanteision gan gynnwys:

- Gostyngiad pellach mewn gwastraff bwyd bwydadwy sy'n mynd i safleoedd tirlenwi neu'n mynd i sectorau gwastraff eraill. Mae hyn yn cynnwys y gallu i gymryd cynhyrchion sy'n rhaid eu 'defnyddio cyn' a'u cynnig i'r cyhoedd cyn iddynt gael eu hystyried yn anniogel i'w bwyta.
- Gwella cyfalaf cymdeithasol yr ardal drwy gynnig cyfleoedd ystyrion i wirfoddoli a fydd yn cynnwys hyfforddiant mewn diogelwch a hylendid bwyd.
- Hybu entrepreneuriaeth bwyd lleol drwy ddarparu cegin hylan briodol y gall pobl ei llogi a gweithio ohoni.

Rydyn ni wedi llwyddo i gael cyllid gan Tai Ceredigion, Sefydliad Hubbub a Chyngor Tref Aberystwyth ar gyfer costau cychwynnol rhentu ac offer sy'n gysylltiedig â'r lleoliad am flwyddyn a chyllid pellach gan Sefydliad Blakemore i dalu am hyfforddiant Lefel 2 Diogelwch a Hylendid Bwyd i wirfoddolwyr a staff.

Yn ychwanegol at hyn, cadarnhawyd yn ddiweddar y byddwn yn derbyn cyllid gan Gynllun Pobl a Lleuedd y Gronfa Loteri Fawr (Mai 2019). Bydd hyn yn caniatáu inni gyflogi dau aelod staff llawn amser er mwyn helpu i redeg y ganolfan o ddydd i ddydd a chydlynu gweithgareddau allgymorth ac ymgysylltu, yn ogystal â rhywfaint o gyllid tuag at osod cyfleusterau cegin.

Disgwylir i'r lleoliad agor i'r cyhoedd ym Mai/Mehefin 2019.

### Arloesi Rheoli Gwastraff - Ffrwd wastraff amgen

Mae Bwyd Dros Ben Aber yn ystyried prosiect cydweithredol gyda Chanolfan Ragoriaeth Bioburo BEACON, Aberystwyth, ac Eco-Sphere Worldwide, Pen-y-bont ar Ogwr. Nod y prosiect yw ystyried cyfleoedd i wastraff bwyd anfwytadwy ddod yn gynnyrch gwerth ychwanegol sy'n fanteisiol i'r gymuned leol, yn lleihau effaith cludiant cynnyrch gwastraff, ac yn cyfrannu at economi gylchol leol.

Bydd y gwaith hwn yn ymgysylltu'n agos â busnesau lleol, gan barhau i helpu i leihau'r gwastraff bwyd a gynhyrchir, a chynnig gwasanaeth gwaredu 'gwyrdd' cost isel ar gyfer unrhyw wastraff bwyd nad oes modd ei osgoi. Ein nod yw sefydlu cynllun achredu



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



amgylcheddol lleol cyfochrog, sy'n pennu ymddygiadau amgylcheddol buddiol fel pwynt gwerthu i fusnesau lleol.

Bydd y prosiect hwn yn parhau ein cysylltiadau â'r gymuned leol drwy ddarparu cyfleoedd i wirfoddolwyr gasglu a phrosesu'r gwastraff bwyd. Y cynnyrch gorffenedig fydd gweddillion treuliad anaerobig llawn maeth sydd â photensial mewn treuliad anaerobig ac fel ychwanegyn i gompost i hybu ffrwythlondeb; felly, byddwn yn cysylltu â chynhyrchwyr bwyd lleol ac yn archwilio'r potensial lleol ar gyfer treuliad anaerobig ar raddfa fach. Mae'r prosiect hwn hefyd yn ategu agweddau ar y cynllun compostio cymunedol lle gallai fod potensial i orgyffwrdd.

Drwy gydweithio â chorff gwyddonol (BEACON), gallai'r gwaith hwn gynhyrchu allbynnau ymchwil, a fydd yn cyfrannu at wybodaeth sydd gennym yn barod ac at gyfeiriad rheoli gwastraff bwyd yn genedlaethol ac yn rhyngwladol yn y dyfodol.

Disgwylir i'r prosiect hwn ddechrau'n fuan, gyda gwaith cynnar yn canolbwyntio ar ddarparu tystiolaeth ar raddfa fach y gellir ei defnyddio i ddenu buddsoddiad i gynyddu'r prosiect. Ym Mai 2019, dewiswyd Bwyd Dros Ben Aber i ddilyn cwrs BioAccelerate sy'n cael ei redeg gan Gampws Arloesi a Menter Aberystwyth gan ganolbwyntio ar archwilio hyn o fewn y cwrs. Ym mis Gorffennaf 2019 byddwn yn cyflwyno cais i Gynllun Cymunedau y Dreth Gwarediadau Tirlenwi i gefnogi'r gwaith hwn, gyda'r weledigaeth o ddod yn hunangynhaliol mewn blynyddoedd i ddod.

#### Adran 4. Casgliad

Yn gyffredinol, roedd y prosiect peilot "Creu gwerth cymunedol ac arloesedd trwy fwyd dros ben" yn llwyddiant, cyflawnwyd allbynnau a chawsom effaith gref ac ystyrion wrth roi ei nodau ac amcanion ar waith. Roedd y prosiect wedi galluogi Bwyd Dros Ben Aber i ddatblygu syniadau ac atebion i fynd i'r afael â gwastraff bwyd a'u rhoi ar waith wedyn. Law yn llaw â hyn, llwyddodd y tîm i hwyluso gwaith ymgysylltu ac allgymorth cadarnhaol, cyffrous a gwerth chweil â'r gymuned, cynnig cyfleoedd gwirfoddoli grymusol ac ysbrydoli pawb i weithio tuag at gymuned leol fwy ffyniannus, cadarn a chynaliadwy.

Proses oedd y prosiect hwn, a dysgwyd llawer o wersi gan bawb a oedd yn gysylltiedig â thîm staff Bwyd Dros Ben Aber - er enghraifft sgiliau ymarferol a logistaidd megis diogelwch bwyd a hylendid a hyfforddiant i wirfoddolwyr yn ogystal â sgiliau rheoli a darparu prosiectau, e.e. mireinio a datblygu gwaith cydlynu strategaeth a datblygu prosiectau, monitro a gwerthuso effaith, darparu ymgysylltiad ac allgymorth cymunedol effeithiol, a sgiliau rhyngpersonol a grymusol.

Y nod gwreiddiol oedd creu prosiect peilot, h.y. archwilio ac asesu pa bosibiliadau allai weithio. Nid oedd pob agwedd ar y prosiect gwreiddiol a gynlluniwyd wedi llwyddo i gyrraedd eu llawn botensial. Dyma pam mae prosiectau peilot yn bodoli, ac mae modd dysgu gwersi a myfyrio arnynt. Roedd y prosiect a gynigiwyd gennym yn feiddgar ac uchelgeisiol, fel y mae



Cyngor Sir  
**CEREDIGION**  
County Council



ein hagwedd a'n hethos. Fyddem ni ddim wedi gwneud dim yn wahanol, anelu'n uchel oedd y nod gan herio ein hunain ond mewn ffordd realistig a chyraeddadwy.

Y prif bethau a ystyriwyd ac a sylweddolwyd oedd, a) bod y prosiect a'r gwaith hwn wedi bod yn angenrheidiol, yn hanfodol ac yn werthfawr fawr, a b) bod angen rhagor o amser staff i gynyddu a gweithredu syniadau arloesol pellach sy'n canolbwyntio ar atebion a grymuso cymunedol, naill ai drwy gyllid ychwanegol a/neu fodolau busnes hunangynhaliol. Ar ben hynny, un o'r prif wersi a ddysgwyd oedd yr angen i fod yn agored i newid, yn barod i addasu a bod yn hyblyg a chofleidio ansicrwydd, e.e. fel unigolion, fel sefydliad ac fel cymuned ehangach. Credwn fod hyn yn rhywbeth sy'n ein hysbrydoli ac edrychwn ymlaen at barhau i ddatblygu yn ein gwaith wrth symud ymlaen.

Un o uchafbwyntiau'r prosiect, fel y soniwyd yn y Strategaeth Ymadael, yw'r llwyddiant o ran ennill cyllid sylweddol gan y Gronfa Loteri Fawr (ym mis Mai 2019) ar gyfer dau aelod o staff cyflogedig llawn amser i ddatblygu a darparu canolfan amgylcheddol a chymunedol yng nghanol Aberystwyth, gan ddechrau ym mis Mehefin/Gorffennaf 2019 a'r cyllid i bara tan Ionawr 2021. Enw'r prosiect hwn yw Canolfan Rhannu Bwyd ECO (Amgylchedd, Cymuned, Cyfle).

## Cyfeiriadau

<sup>1</sup>WRAP (dim dyddiad) 'Reporting on the amounts of food surplus redistributed (weight and meal equivalents; WRAP guidance)' [online] [Access date: 11/07/2019] [Ar gael yn: <http://www.wrap.org.uk/sites/files/wrap/Expressing%20redistributed%20food%20surplus%20as%20meal%20equivalents%20%28WRAP%20guidance%29.pdf> ]

<sup>2</sup>Aber Food Surplus (2019) Faint o arian sy'n cael ei wario ar gyfartaledd ar waredu gwastraff bwyd - ffigur a gafwyd o drafodaethau gyda chaffis a bwytai lleol.



Cyngor Sir  
CEREDIGION  
County Council

