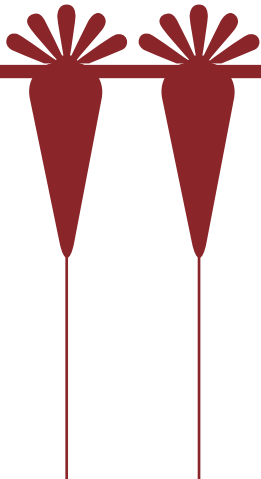
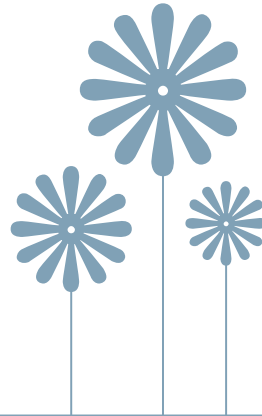
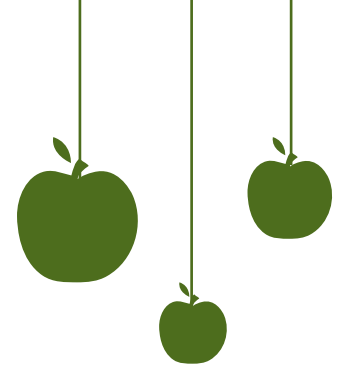


Gwynedd ar blât

Prynu a bwyta cynnyrch lleol



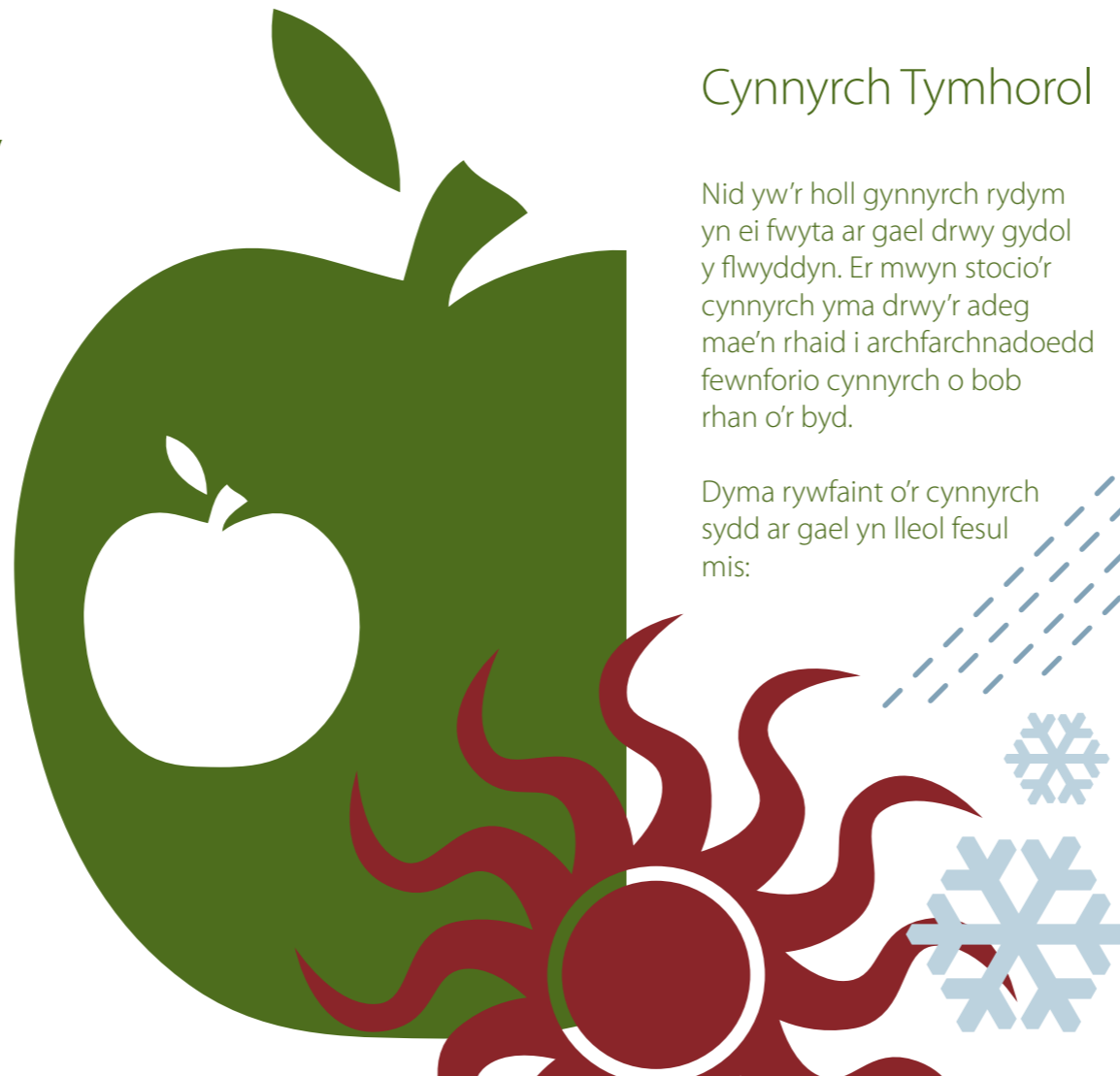
Partneriaeth Amgylcheddol Gwynedd
Gwynedd Environmental Partnership

Mae'n anodd curo bwyd sydd wedi ei gynhyrchu ar garreg ein drws. Dyma felly gyfeirlyfr sy'n rhoi gwybodaeth i chi ar fwydydd lleol a lle i brynu cynnyrch o Wynedd.

Yn sgil pryderon am newid yn yr hinsawdd mae mwy a mwy o bobl yn ystyried yr effaith mae prynu bwydydd o dramor yn ei gael ar ein hamgylchedd. Mae llawer o'n bwydydd yn teithio cannoedd o filltiroedd cyn cyrraedd yr archfarchnadoedd, gyda llawer yn cael ei chwistrellu gyda chemegau i'w cadw'n ffres yn ystod eu taith. 'Milltiroedd bwyd' yw'r term sy'n disgrifio'r pellter mae bwyd wedi ei deithio o'r cae i'r blât.

Mae cynnyrch lleol yn golygu cynnyrch sydd wedi ei dyfu, ei gynaeafu neu ei brosesu yn yr un ardal ac wrth ei brynu gallwch sicrhau fod eich milltiroedd bwyd yn aros yn isel. Byddwch hefyd yn cefnogi cynhyrchwyr a ffermwyr lleol gan gynnal a chreu cyflogaeth a chryfhau'r economi lleol.

Mae gan Wynedd ddigon i'w gynnig o ran cynnyrch lleol o safon uchel felly ceisiwch wneud ymdrech i brynu'n lleol.



Cynnyrch Tymhorol

Nid yw'r holl gynnyrch rydym yn ei fwyta ar gael drwy gydol y flwyddyn. Er mwyn stocio'r cynnyrch yma drwy'r adeg mae'n rhaid i archfarchnadoedd fewnforio cynnyrch o bob rhan o'r byd.

Dyma rywfaint o'r cynnyrch sydd ar gael yn lleol fesul mis:

IONAWR - Moron, rwdan, cennin, bresych, pannas, sialóts, rhiwbob, seleriac, gŵydd, cimwch, cregyn bylchog, ffesant.

CHWEFROR - Bresych, pannas, sicori, cennin, sialóts, rhiwbob, seleriac, cimwch, cregyn gleision, lleden y môr, iâr gini, gŵydd.

MAWRTH - Rhiwbob cynnar, radis, persli, moron, cennin, brocoli piws, betys, suran (sorrel), mintys, cimwch, sardins.

EBRILL - Madarch orel, garleg gwyllt, radis, rhiwbob, moron, cêl, berw dŵr, oen gwanwyn.

MAI - Blodfresych, tatws newydd, mafon, persli, mintys, ffa, moron newydd, rhiwbob, berw dŵr, draenog y môr, sardins, lleden lefn, oen gwanwyn.

MEHEFIN - Eirin mair, corbwmpen, ffa, letys, mefus, pupur, merlllys, cyrens coch, cyrens duon, mafon, planhigyn wy (aubergine) ceirios, pys, cranc, eog, oen gwanwyn.

GORFFENNAF - Tomatos, mefus, llys, saets, blodfresych, mafon, brithyll, penwaig.

AWST - Letys, ffenigl (fennel), pupur, corbwmpen, mefus, eurgefn (john dory).

MEDI - Ciwycymbr, sbigoglys, ffigys, ffa, mwyr duon, afalau, gellyg, rhiwbob, cnau cyll, nionod, cregyn gleision, draenog y môr, hwyaden, cig carw, grugiar, wystrys.

HYDREF - Bety, madarch, afalau, pwmpen, corbwmpen, cêl, marro, petrisen, cregyn gleision.

TACHWEDD - Pannas, castan (chestnut), betys, llugaeron, rwdan, bresych, tatws, pwmpen, cennin, afalau, gellyg, cwins (quinces), grugiar, ffesant.

RHAGFYR - Bresych coch, seleri, rwdan, seleriac, ysgewyll (sprouts), pwmpen, betys, pannas, afalau, gellyg, gŵydd, twrci, hwyaden wyllt, ffesant.

DRWY GYDOL Y FLWYDDYN - Wyau, cig oen, cig eidion a phorc lleol.

Tyfu bwyd eich hun

Pam na rowch gynnig ar dyfu eich llysiau neu ffrwythau eich hun er mwyn cael y cynnyrch mwyaf ffres a lleol posib. Mae'n ffordd o arbed arian a chael cyflenwad o fwyd iach.

Mae nifer o feithrinfeydd planhigion a chanolfannau garddio lleol yn gwerthu amrywiaeth o blanhigion a hadau. Bydd arbenigwyr yno yn gallu rhoi cyngor i chi ar beth a pryd i blannu. Mae digon o wybodaeth a chymorth hefyd ar gael ar y gwefannau canlynol www.rhs.org.uk/growyourown a www.bbc.co.uk/gardening

Os nad oes gennych ardd cysylltwch â'r Cyngor i weld a oes rhandir ar gael yn eich ardal chi.

Tyfu blodau eich hun

A wyddoch chi fod y rhan fwyaf o'r blodau a werthir yn yr archfarchnadoedd hefyd wedi teithio miloedd o filltiroedd i'n cyrraedd, gan greu niwed i'r amgylchedd? Rhowch dro ar dyfu blodau eich hunan yn yr ardd. Gwell fyth fyddai tyfu blodau sy'n denu bywyd gwyllt i'r ardd fel glas yr yd (cornflower) a melyn mair (marigold). Am fwy o wybodaeth ewch i www.plantforwildlife.ccw.gov.uk a www.wildaboutgardens.org.



Meithrinfeydd

Planhigion ... i'r rheiny

sydd am dyfu cynyrch eu hunain

Canolfan Arddio Frongoch

Ffordd Pant, Llanfaglan,
Caernarfon LL54 5RL
Ffôn: 01286 672212
E-bost: info@frongoch-gardencentre.co.uk

Meithrinfa Bron Eifion

Hugh Evans, Garden Cottage, Bron Eifion,
Criccieth, Gwynedd LL52 0SA
Ffôn: 01766 522890

Meithrinfa Goed Glynllifon

Safle Glynllifon, Ffordd Clynnog,
Caernarfon, Gwynedd LL54 5DY
Ffôn: 01286 831061
E-bost: meithrinfagoed@gwynedd.gov.uk

Meithrinfa Seiont

Pontrug, Caernarfon, LL55 2BB
Ffôn: 01286 672113
E-bost: brenda@riversidecamping.co.uk

Perlysiâu Meian

Meinir, Tanrallt, Llangian, Abersoch,
Gwynedd LL53 7LN
Ffôn: 01758 713527

Planhigion Fferm Crug

B Wynn-Jones, Griffith's Crossing,
Caernarfon, Gwynedd LL55 1TU
Ffôn: 01248 670232
E-bost: bleddyn&sue@crug-farm.co.uk

Tyddyn Sachau

Stuart Ferris, Y Ffôr, Pwllheli,
Gwynedd, LL53 6UB
Ffôn: 01758 612626
E-bost: tyddynsachau@freezone.co.uk
Amrywiaeth eang o hadau a phlanhigion, ac offer a dodrefn gardd.

Marchnadoedd Fferm

Mae nifer o farchnadoedd ffermwyr trwy Wynedd yn cynnig y cyfle i brynu amrywiaeth o gynnyrch lleol yn uniongyrchol gan ffermwyr lleol.

Am fwy o wybodaeth ewch i www.fmiw.co.uk neu ffônïwch 08456 106496.

Marchnad Talysarn

Yn y Ganolfan bob dydd Gwener 3.30-5.00
Cyswllt: Judy Harries, Trigonos
Ffôn: 01286 882388

Marchnad Wlad Dolgellau

Yn y Llyfrgell Rydd bob dydd Iau 9.30-11.30
(heblaw pythefnos gyntaf mis Ionawr)
Cyswllt: Sue Beasley
Ffôn: 01766 540364

Marchnad Ffermwyr Dolgellau

Stryd Fawr, Dolgellau
3ydd dydd Sul bob mis 10.00-2.00
(heblaw Ionawr a Chwefror).
Cyswllt: Mo Ainscough
Ffôn: 01341 450211

Marchnad Wlad Pwllheli

Canolfan Frondeg, Ala Uchaf bob dydd
Mercher 9.00-12.00 (heblaw Ionawr)
Ffôn: 0845 108 3784

Pam prynu organig?

Mae ffermwyr organig yn osgoi defnyddio gwrtaith a chwynladdwyr cemegol ar blanhigion a chyffuriau mewn anifeiliaid. Gan fod ffermio organig yn well i'r amgylchedd mae amrywiaeth ehangach o adar, gloynod byw a phlanhigion ar ffermydd organig.

Mae cynnyrch organic hefyd yn golygu cynnyrch buarth (free-range), a chaiff defnydd o gynnyrch GM ei wahardd o dan amodau organig. Am fwy o wybodaeth ewch i wefan y Soil Association www.soilassociation.org

Cynlluniau bocsys

Mae cynlluniau ar gael ar gyfer derbyn bocsys o gynnyrch lleol yn syth i'ch drws. Mae cynnwys y bocsys yn newid gyda'r tymhorau. Cysylltwch yn uniongyrchol â'r cynhyrchwyr am fwy o wybodaeth.

Organig Llanybi

Val Lynas
Mur crusto, Llanybi, Pwllheli, LL53 6LX
Ffon: 01766 819109
E-bost: info@llanybi-organics.co.uk
www.llanybi-organics.org.uk

Tŷ'n Lôn Uchaf

Jill Jackson
Tŷ'n Lôn Uchaf, Llanybi, Pwllheli, LL53 6TB
Ffôn: 01766 810915
E-bost: mike.langley@ntlworld.com

Cynhyrchwyr lleol

1. Llysiau a ffrwythau

• TATWS GWINDY

Richard Parry, Gwindy, Llecheiddior, Garndolbenmaen, LL51 9EZ
Ffôn: 01766 530772
Tatws ar gael o'r fferm. Ffoniwch yn gyntaf.

• TATWS TANRALLT

Meinir Roberts, Tanrallt, Llangian, Abersoch, Pwllheli, LL53 7LN
Ffôn: 01758 713527
Tatws ar werth o giât y fferm.

• LLYSIAU PENRHOS

Gwyndaf Jones, Penrhos, Botwnnog, Pwllheli, LL53 8PY
Ffôn: 01758 730274
Tatws, bresych, betys, moron a llysiau eraill ar gael o'r fferm ac o siopau lleol.

• TATWS PENRHYN UCHAF

John Hughes, Penrhyn Uchaf, Sarn Mellteyrn, Pwllheli, LL53 8RP
Ffôn: 01758 730630
Tatws ar gael drwy'r flwyddyn o'r fferm a siopau lleol. Danfonir i gyfeiriadau lleol.

• TATWS Tŷ NEWYDD

Gwilym Jones, Tŷ Newydd, Llaniestyn, Pwllheli, LL53 8SE
Ffôn: 01758 730269 neu 07929616441
Tatws ar gael yn syth o'r fferm.

• TATWS HENDY

Merfyn Roberts, Hendy, Pontllyfni, LL54 5EV
Ffôn: 01286 660254
Tatws ar gael o'r fferm drwy'r flwyddyn, a moron a betys ar brydiau.

• LLYSIAU PANT EITHINOG

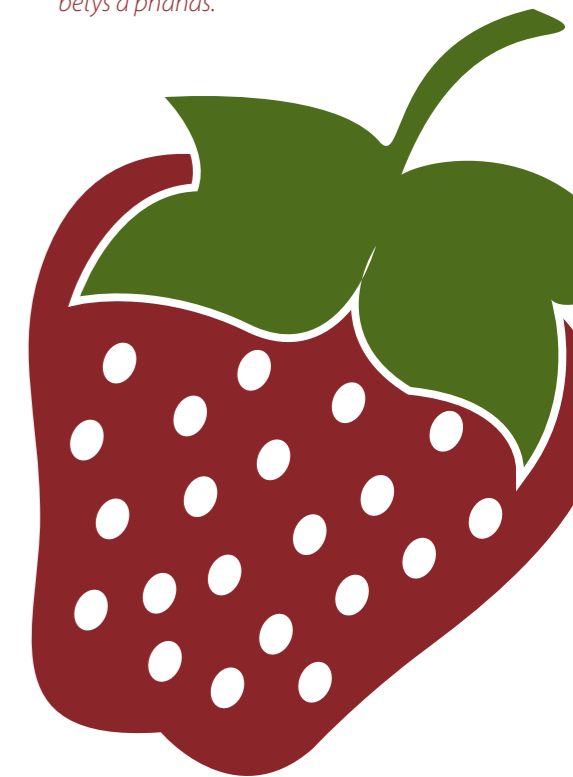
Wil a Huw Evans, Pant Eithinog, Penygroes, Caernarfon, LL54 6PD
Ffôn: 01286 880298
Tatws, moron, rwdins a betys ar gael o'r fferm ac mewn siopau lleol.

• TRIGONOS

Plas Baladeulyn, Nantlle, Caernarfon, LL54 6BW
Ffôn: 01286 882388,
E-bost: info@trigonos.org
www.trigonos.org
Tatws, llysiau a ffrwythau ar gael drwy'r flwyddyn ar giât y fferm (ar agor 9yb-4yh Llyn i Gwener, 9yb-1yp ar benwythnosau). Cynllun bocs llysiau hefyd ar gael.

• LLYSIAU LLEUCU

Alan Bates, 10 Waen y Pandy, Tregarth, Bangor
Ffôn: 01248 602479
E-bost: Alan.bates@phonecoop.coop
Llysiau wedi eu tyfu ar 3 acer o dir yn cynnwys dail salad, pys, ffa, moron, betys a phanas.



2. Cynnyrch llefrith a wyau

• WYAU A MOCH YNYSGYFFYLOG

Sue a Jim Alger, Ynysgyffyllog Barn, Arthog, LL39 1BQ
Ffôn: 01341 250165 neu 07703 592722
neu 07703 592723.

Wyau buarth a phorc o foch wedi'u geni ar y fferm ac yn cael cerdded yn rhydd. Ar gael ym Marchnad Ffermwyr Dolgellau neu wrth archebu dros y ffôn. Mae wyau hefyd ar gael ar y fferm.

• WYAU LLWYNCRWN

Stephen Tudor, Llwyncrwn, Trawsfynydd, LL41 4TN
Ffôn: 01766-540338 neu 07833357588
Porc a wyau buarth ar gael o'r fferm neu wrth archebu dros y ffôn.

• TY'N Y PWLL

G&J Pugh, Llanegryn, Tywyn, Gwynedd, LL36 9SA
Ffôn: 01654 711559
E-bost: lwp8@aber.ac.uk
Wyau maes organig. Tatws organig hefyd ar gael wrth giât y fferm.

• CYNRYCH PENPRYS (manyion isod)

• WYAU TIR BACH

Glyn a Teleri Jones, Tir Bach, Llaniestyn, Pwllheli, LL53 8PS
Ffôn: 01758 730367 neu 07866250277
Wyau sguor a buarth ar gael drwy'r flwyddyn o giât y fferm.

• WYAU'R HIRDRE

Emlyn a Joan Williams, Hirdre Bach, Eder, Pwllheli, LL53 8YY
Ffôn: 01758 721910
Wyau buarth ar gael drwy'r flwyddyn o giât y fferm ac o farchnad Pwllheli ddydd Mercher.

3. Cig

Gall eich cigydd lleol ddarparu cig sydd wedi ei fagu'n lleol i chi – gofynnwch mewn siop yn eich cyffiniau chi.

• CIG DOLHENDRE

Lowri a Gwyn Roberts, Dolhendre Isa, Llanuwchllyn, Y Bala, LL23 7TD
Ffôn: 01678 540348
E-bost: lowri.rees@btinternet.com
Cig eidion organig ar gael drwy'r flwyddyn. Cysylltwch drwy ffôn neu e-bost cyn galw.

• OEN ORGANIG ARAN

Margaret a Maldwyn Thomas, Fferm Cwmonnen, Llanuwchllyn, Bala, LL23 7UG
Ffôn: 01768 540603;
E-bost: admin@aran-lamb.co.uk
www.aran-lamb.co.uk
Cig oen a dafad organig ar gael o'r fferm a drwy'r post drwy'r flwyddyn. Gellir archebu drwy'r wefan uchod.

• CIG BRON Y GÂN

Mercia Hammond, Bron y Gân, Llanegryn, LL36 9UF
Ffôn: 01654 711553
Siop ym Machynlleth: 01654 700410
Cig oen ac eidion organig ar gael o'r fferm, o farchnad ffermwyr Dolgellau ac o siop Blasau ym Machynlleth.

• CIG OEN CYNFAL

Elfed Roberts, Hafod Ddwryd, Maentwrog, Blaenau Ffestiniog, LL41 4HN
Ffôn: 01766 590278 neu 07768667508
Cig oen ac eidion Cymreig ar gael mewn bocsys o giât y fferm (ffoniwch ymlaen law). Hefyd byrgers, selsig a chynnyrch arall cartref.

• ORGANIG BINI'S ORGANICS

Bini Jones, Fferm Tŷ Isaf, Llanffestiniog, LL41 4LS
Ffôn: 01766 762608
E-bost: binisorganics@btinternet.com
Cig organig. Gwartheg duon Cymreig pedigri ac wŷn mynydd Cymreig ar gael mewn cynllun bocs o'r fferm neu drwy'r post.

• CIG LLAN FARM

Olwen Ford, Llan Farm, Llanfrothen, Penrhyndeudraeth, LL48 6DI
Ffôn: 01766 770399
Cig eidion, oen a phorc o fridiau traddodiadol.

• CYNRYCH PENPRYS

Richard a Tracey Wilson, Hendre Penprys, Pentre Uchaf, Pwllheli, LL53 8EZ
Ffôn: 01758 750306,
E-bost: sales@welshfarmsausages.co.uk
www.welshfarmsausages.co.uk
Ar werth o giât y fferm. Wyau a chywion ieir buarth, twrci, cig eidion, porc, cig oen a gafr, selsig arbennig, bacwn wedi'i halltu.

• TRaed MOCH

Cwmni Cydweithredol Cig Llyn Cyf, Tan y Bryn, Rhydyclafdy, Pwllheli, LL53 8TW

Ffôn: 01758 701198

www.traedmoch.com

Cynnyrch porc wedi'i fagu gyda grawn a llysiau a dyfwyd ar y fferm. Cynnyrch ar gael ar archeb yn Siop y Post, Efailnewydd, ac yn achlysurol mewn marchnadoedd a ffeiriau. Am fanylion ewch i wefan y cwmni.

• HAFODY LLAN

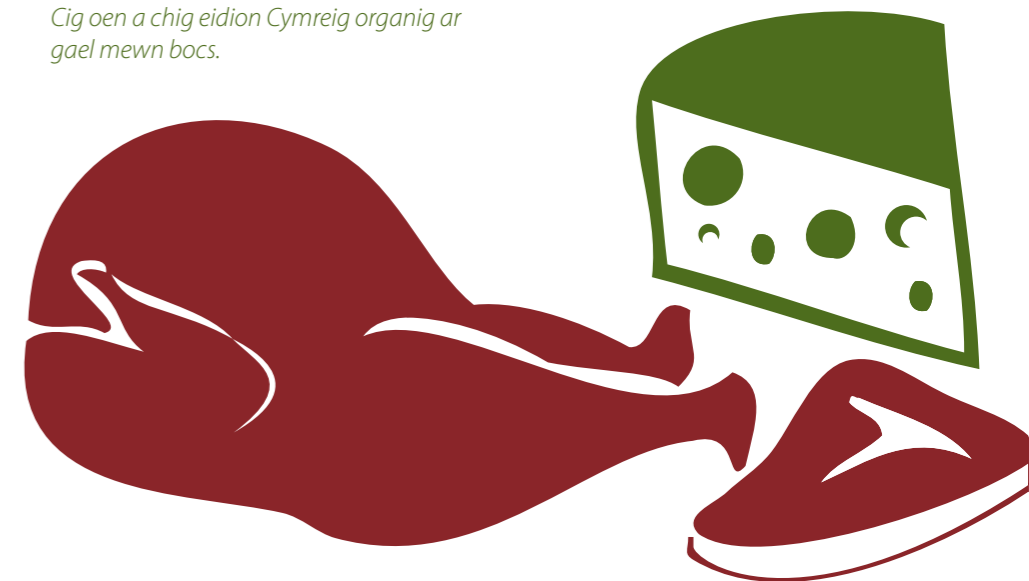
Yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol, Canolfan Deilan Las, Craflwyn, Beddgelert LL55 4NG.
Ffôn: 01766 890473
Cig oen a chig eidion Cymreig organig ar gael mewn bocs.

• MOCH GWYLLT GLASLYN

Pam a Dafydd Parry, Hafod-y-Llyn, Nantmor, Beddgelert, LL55 4YN
Ffôn: 07901 600637
Cig, selsig a bacwn wedi'i halltu o foch sy'n cael cerdded yn y caeau.

• CIG BRYN GWYLAN

Ifan Neville Owen, Bryn Gwylan, Waunfawr, Caernarfon, LL55 4YS
Ffôn: 01286 650673
Cig oen ac eidion organig ar gael mewn bocs i'w nôl o'r fferm.



4. Pysgod, crancod a chimychiaid.

- **PYSGOD TY'N MYNYDD**

Brat a Nia Garner, Ty'n Mynydd, Rhiw, Pwllheli, LL53 8AE
Ffôn: 01758 780420

Pysgod, crancod a chimychiaid ar gael o'r giât

- **SELECTIVE SEAFOODS**

Gareth Griffiths a Mary White, Ffridd Wen, Tudweiliog, Pwllheli, LL53 8BG
Ffôn: 01758 770397,

E-bost: mary@selectiveseafoods.co.uk
www.selectiveseafoods.co.uk
Crancod, cimychiaid a bwyd môr arall o Lŷn wedi'i baratoi ar gael drwy'r post. Am fanylion ewch i wefan y cwmni.

5. Arall

- **MÊL BWLCH Y FFORDD**

John Rhys Davies, Bwlch y Ffordd, Bryncroes, Pwllheli, LL53 8EU
Ffôn: 01758 730769

Mêl ar gael o'r haf tan y gwanwyn yn uniongyrchol o'r cynhyrchydd ac o siopau lleol.

- **MÊL WERNLAS**

Peter Haywood, Wernlas, Edern, Pwllheli, LL53 8YP
Ffôn: 01758 721349

Mêl blodau gwyllt a grug ar gael drwy'r flwyddyn yn uniongyrchol o'r cynhyrchydd ac o siopau lleol.



Os hoffech chi osod eich manylion chi fel cynhyrchwr ar ein gwefan neu am fwy o fanylion am y prosiect cysylltwch â ni ar :

01286 679652

neu E-bost: PartneriaethAmgylcheddol@gwynedd.gov.uk

Am fwy o gynhyrchwyr lleol ewch i:

www.pagwynedd.org neu www.gwyneddgynladwy.org

