

Bwyd a Hwyl yng Nghaerdydd, Haf 2017

Bwyd a Hwyl yw'r Rhaglen Cyfoethogi Gwyliau Ysgol a ddatblygwyd a'i threialu'n gyntaf yng Nghaerdydd yn 2015 i gefnogi teuluoedd trwy wyliau'r haf.

2017 oedd ein trydedd flwyddyn o ehangu cyflwyniad Bwyd a Hwyl yng Nghaerdydd. Yn ogystal, gwnaethom gynorthwyo Cymdeithas Llywodraeth Leol Cymru wrth gyflwyno Bwyd a Hwyl ar draws Cymru a datblygon ni Fframwaith Sicrwydd Ansawdd.

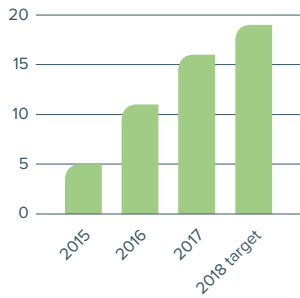
Cynhelir Bwyd a Hwyl Caerdydd mewn ysgolion yn ystod gwyliau'r haf am 4 wythnos, 3 diwrnod yr wythnos o 9.00am-3pm. Cynllun sicrwydd ansawdd ydyw sy'n cynnwys brecwast, cinio, gweithgareddau corfforol, addysg sgiliau bwyd a maeth a gweithgareddau cyfoethogi.

Fe'i hariennir trwy CLILC (Llywodraeth Cymru) gydag arian cyfatebol (gan gynnwys arian "mewn nwyddau") gan Gyngor Caerdydd, Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol Caerdydd a'r Fro, Chwaraeon Caerdydd, a sefydliadau'r sector preifat a'r trydydd sector.

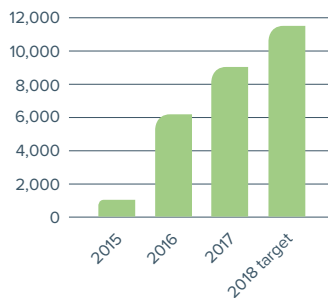


Bwyd a Hwyl yng Nghaerdydd, Haf 2015-2018

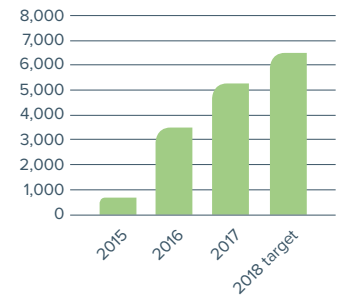
Nifer yr unedau*



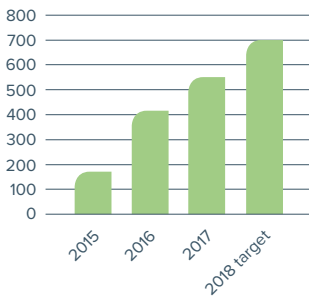
Nifer y prydau a weiniwyd



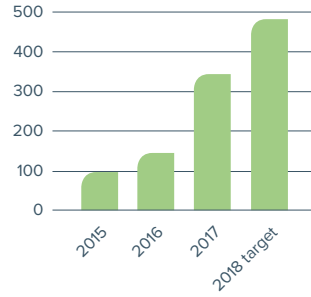
Nifer yr oriau o gyflogaeth ychwanegol



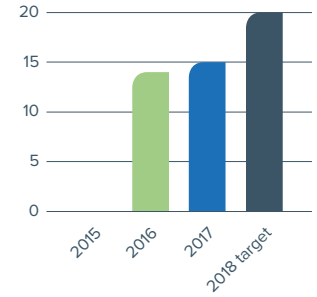
Nifer y plant ar y cynllun



Nifer yr oriau o chwaraeon a ddarparwyd



Staff ysgol a dderbyniodd hyfforddiant Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol



● Level 1 ● Level 2 ● Level 2 cumulative

*Roedd rhai safleoedd ysgol (13 yn 2017) yn croesawu plant o fwy nag un ysgol. Mae "uned" yn seiliedig ar 40 o blant.

PENNAETH

"Mae treulio amser da gyda'r plant yn ystod gwyliau'r haf yn wir wedi helpu'r athrawon i ddatblygu'r perthnasau personol â nhw. Daethant i adnabod y plant yn llawer gwell, sy'n helpu pawb yn y pen draw"

CONTACT:

JGregory@cardiff.gov.uk

sportcardiff@cardiffmet.ac.uk

emma.holmes@wales.nhs.uk

@foodandfunwales

www.foodcardiff.com

RHIANT

"Bydd yr hyder a'r cyfeillgarwch a ddatblygodd fy merch dros y 3 wythnos y bu'n mynychu gyda hi a bydd yn eu defnyddio gyda'i sgiliau bywyd bob dydd. Oherwydd anawsterau ariannol, nid ydym yn gallu mynd ar wyliau. Mae'r Clwb Bwyd a Hwyl yn helpu gwneud y gwyliau 6 wythnos rywfaint yn haws. Mae'n teimlo fel bod fy merch ar wyliau deirgwaith yr wythnos. Mae hi wrth ei bodd â'r clwb ac mae'r staff mor groesawgar a chlên. Rydw i'n gobeithio y bydd y clwb yn digwydd eto'r flwyddyn nesaf oherwydd bydd fy merch ym mlaen y ciw!"

Yn ystod haf 2017:



Cafodd CLILC ei chynorthwyo gan Dim Bwyd a Hwyl Caerdydd i ddarparu Bwyd a Hwyl i 50 ysgol ar draws 12 awdurdod lleol yng Nghymru



Rhoddyd cyflwyniadau a chynhaliwyd gweithdai i rannu profiad am lwyfannau i Gymru, y DU ac yn rhyngwladol



Cynhaliwyd Bwyd a Hwyl mewn 2 ysgol Gymraeg

RHIANT

"Mae fy mhentyn yn dysgu heb sylweddoli. Mae'n bwyta bwydydd newydd ac roedd yn mwynhau'r ymarfer corff dyddiol yn fawr. Roedd y clwb wir yn wych. Rwy'n gobeithi y daw'n ôl eto'r flwyddyn nesaf"



Darparodd 23 o asiantaethau allanol weithgareddau Bwyd a Hwyl yng Nghaerdydd

Cafodd 9197 o brydau Bwyd a Hwyl eu gwneini i blant a'u teuluoedd/gofalwyr



STAFF Y RHCGY

"Ar ddechrau Bwyd a Hwyl, roeddem yn nerfus iawn am y syniad o orfodi plant i wneud chwaraeon am o leiaf awr bob dydd! Mae'r rhan fwyaf o'r plant yn casáu unrhyw beth sy'n ymwneud â chwaraeon. Erbyn diwedd y 3edd wythnos, nid yn unig oedd y plant yn plagio'r hyfforddwr i gynnig mwyfwy o gemau ond roedd hi wedi dangos iddynt fod cymryd rhan mewn pethau heb gwyno yn llawer mwy o hwyl"

PLENTYN A FYNCHODD Y RHCGY

"Heb glybiau gwyliau, byddai'n ddiflas tu hwnt"



Cymerodd plant o 21 o ysgolion ar draws 13 o safleoedd ran yn y clwb Bwyd a Hwyl yng Nghaerdydd

Mynychodd 551 o blant glwb Bwyd a Hwyl



RHIANT I BLENTYN AG ANGHENION ARBENNIG YCHWANEGOL

"Mae'n ddigon hir i gadw fy mhentyn mewn trefn ddyddiol sefydledig ond eto'n ddigon o amser i wneud pethau gyda'r teulu a chreu atgofion"



Mynychodd 29 o blant ag anghenion addysgol arbennig glwb Bwyd a Hwyl

RHIANT

"Y gwahaniaeth mwyaf mae'r clwb wedi'i wneud iddi yw'r ffordd mae bwyta'n iach yn cael ei hyrwyddo a'i annog"



Cafodd 15 aelod ychwanegol o staff eu hyfforddi mewn Sgiliau Bwyd a Maeth Cymunedol Lefel 2



Mae 12 hyfforddwr chwaraeon newydd wedi cael eu hyfforddi ers 2015



Sgoriodd 100% y cwrs yn ardderchog a byddai 100% yn argymhell y cwrs i eraill



Crëwyd 5272 o oriau o gyflogaeth ychwanegol

GWEITHWYR SHEP

"Ilwyddodd un fam ifanc ddod o hyd i swydd oherwydd y cymorth cafodd i ysgrifennu ei CV"

CHWARAEON CAERDYDD

"Dyma oedd y tro cyntaf i'r ysgol gymryd rhan yn y rhaglen sydd wedi atgyfnerthu'r berthynas â'r ysgol... Gan fod hyfforddwr Chwaraeon Caerdydd wedi creu argraff mor dda ar yr ysgol, trefnodd y staff iddi barhau i weithio yn yr ysgol fel rhan o'i modiwl lleoliad gwaith prifysgol"



Darparodd Fareshare rawnfwydydd brecwast ar gyfer 4191 o frecwastau

STAFF YR YSGOL SY'N YMWNEUD Â'R RHCGY

"Roedd yn cynyddu ymwybyddiaeth o'r bwyd roeddem yn ei weini, ei fod yn cael ei baratoi'n ffres ar y safle a bod eu plant yn rhoi cynnig ar fwyd yr oedd eu rhieni'n credu nad oeddent yn ei hoffi gartref"

RHIANT

"Roedd yr RSPB yn ffefryn, dawnsio'n un arall ac roeddent hefyd yn mwynhau'r gweithgaredd coginio a siwgr"

PLENTYN A FYNCHODD Y RHCGY

"Rydyn ni wedi bod yn dysgu am gramau o ran siwgr a braster ac rydyn ni wedi bod yn dysgu'r hyn na ddylen ni ei fwyta oherwydd ein calonnau"

CHWARAEON CAERDYDD

"Ers y RhCGY yn Meadowlane, mae Clwb Rygbi St Albans wedi cael chwaraewyr newydd, mae sesiynau dawnsio stryd bellach yn llawn yn Llyfrgell Llanrhymni ac mae'r hyfforddwr cynorthwyol wedi ennill cymhwyster Lefel 2 mewn arwain dawns. Mae Clwb Tennis Bwrdd Llaineirwg hefyd wedi denu mwy o aelodau"

Darparwyd 342 awr o chwaraeon



Cwblhaodd 255 o blant holiadur i blant am y pecyn addysg maeth

Bu 92% o'r plant a gymerodd rhan yn mwynhau'r clwb
Nododd 79% eu bod yn bwyta rhagor o ffrwythau a llysiau
Nododd 63% eu bod yn bwyta diodydd â llai o siwgr
Nododd 75% eu bod yn rhoi cynnig ar fwyd newydd yn y clwb
Nododd 92% eu bod yn mwynhau'r sesiynau maeth