

Eich helpu i gael mynediad at fwyd iach a fforddiadwy yng Nghaerdydd

Ble y Gallaf Gael Mynediad at Fwyd?

Bwyd Caerdydd

Mae Bwyd Caerdydd yn cysylltu pobl sy'n gweithio gyda bwyd ar draws y ddinas. Cliciwch i gael mwy o wybodaeth am fwyd yng Nghaerdydd - [Cael Gafael ar Fwyd | Bwyd Caerdydd](#)

Fareshare Cymru

Mae gan Fareshare Cymru fap sy'n dangos yr holl gymorth bwyd sydd ar gael ar draws y ddinas, ac mae ar gael yma - [Fareshare Cymru](#)

Budd-daliadau'n Ymwneud â Bwyd

Bu'r Tîm Iechyd Cyhoeddus Lleol yn gweithio ochr yn ochr â phartneriaid i ddatblygu plattform o'r cymorth bwyd sydd ar gael. Ewch i'r ddolen i weld beth sydd ar gael ac i weld fideos sy'n dangos gwirfoddolwyr a phrosiectau - [Budd-daliadau'n Ymwneud â Bwyd](#)

Ble y Gallaf Gael Cyngor?

Gwasanaeth Cyngor Ariannol Caerdydd

I gael gwybodaeth am y cymorth sydd ar gael yn eich ardal chi, ewch i'r ddolen i weld map ble y gallwch chwilio am hyb cynghori, oergell gymunedol, grŵp cymunedol, banc bwyd, pantri a chymorth gyda chostau byw - [Gwefan Cyngor Ariannol](#)

C3SC

Ewch i'r ddolen i gael mynediad rhad ac am ddim at gyfeirlyfr o'r gwasanaethau cymorth gan gynnwys manau cynnes, cymorth gyda chostau byw a chymorth gyda llesiant - [Gwefan C3SC](#)

Ble y Gallaf Ddysgu Am Fwyd?

Tîm Dietetig Iechyd y Cyhoedd

Os oes gennych ddiddordeb mewn dysgu sgiliau coginio newydd a chael ryseitiau iach a fforddiadwy, ewch i'r ddolen i gyfeirio eich hun at ein rhaglen Dechrau Coginio - [Gwefan Sgiliau Maeth am Oes](#)

I gael gwybodaeth am faeth ac adnoddau a fydd yn eich cefnogi chi a'ch teulu i wneud dewisiadau iachach, ewch i'r ddolen - [Gwefan Cadw Fi'n Iach](#)

