

Fel y gwelir ar y teledu

BWYTEWCH Y LLYSIAU **IN LLETHU**
WER ARLWYNYR
2024

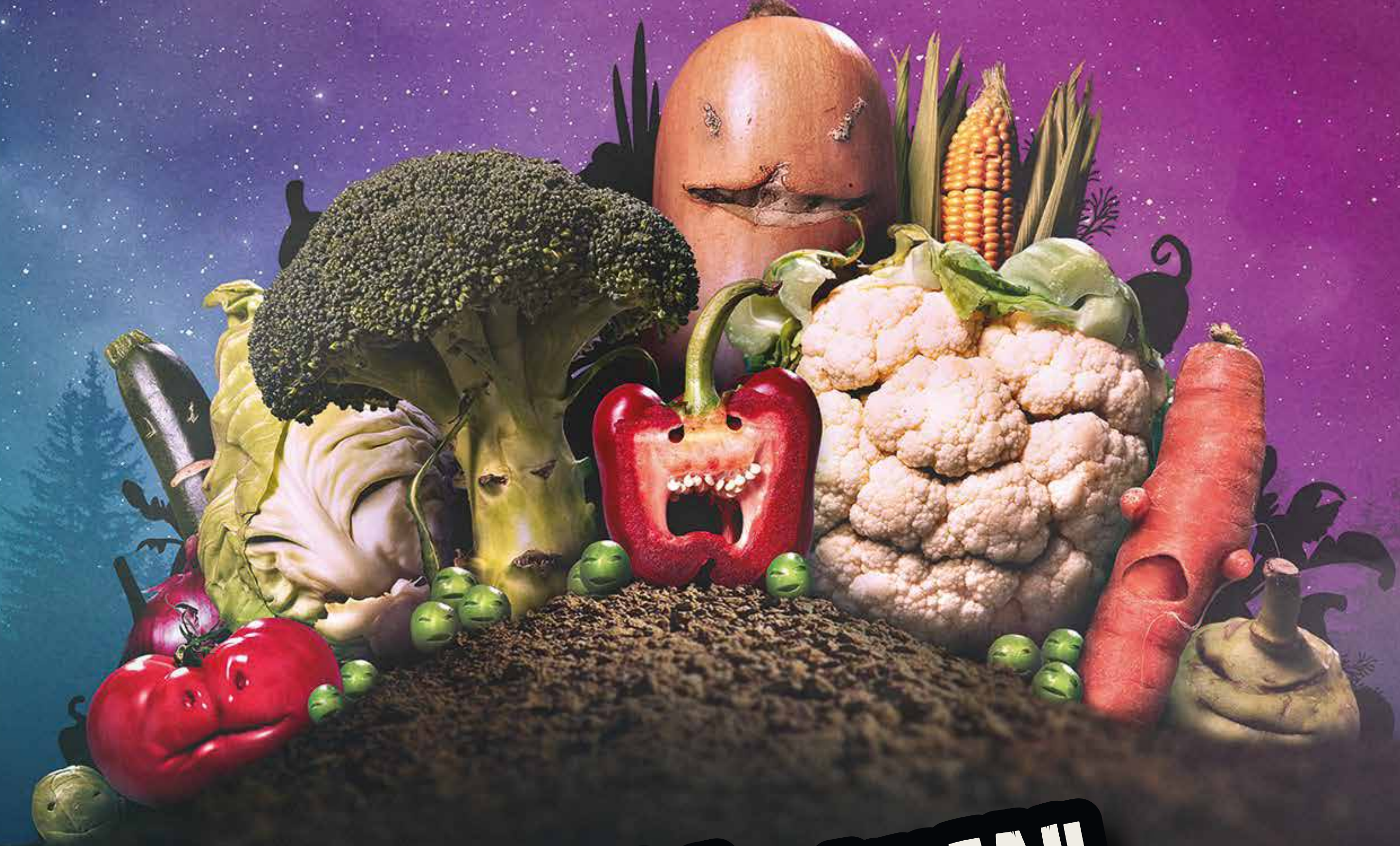


Noddwyd gan

Tilda



80% O BOBL YN
BWYTA DIGON
O LYSIAU

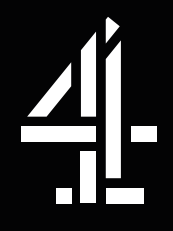


BWYTEWCH Y LLYSIAU I'W LLETHU

Mae BWYTEWCH Y LLYSIAU I'W LLETHU yn ymgyrch gan Veg Power ac ITV i annog plant i fwyta mwy o lysiau.

Mae wedi ennill gwobrau ac wedi profi ei fod yn gweithio. Llynedd adroddodd dros hanner rhieni fod eu plant wedi bwyta mwy o lysiau o ganlyniad - hyd yn oed bwytwyr ffyslyd!

DYCHWELYD 19 CHWEFROR 2024



SUT MAE'N GWELTHIO

HYSBYSEBU

Mae ymgyrch hysbysebu teledu gwerth £3m yn cyffroi'r plant am llysiau.



YSGOLIION

Mae ysgolion ac arlwywyr yn gwneud y mwyaf o'r cyffro i annog plant i flasau llysiau.

TEULUOEDD

Mae ein siart wobrwyo yn helpu rhieni & arlwywyr i droi'r newid ymddygiad yn arfer



BWYTEWCH Y LYSTIAU
I'W LLEITHU



Eleni fyddwn ni'n annog plant i
grenshio'r llysiâu un cnoad mawr
ar y tro, ac rydyn ni'n paratoi
delwedddau sy'n llond ceg o sbort.
Perffaith i llysiâu amrwd a
bariau salad.



YN GALW ARLWYWYR YSGOLION I YMUNO Â'R FRWYDR!



Ni fyddai Bwyteuwch y Llyisiau i'w Llethu yn gweithio heb dimoedd arlwyio ysgolion. Byddwn yn anfon posteri i chi, sticeri i'w dosbarthu ac yn gofyn i chi bwysleisio'r llyisiau fyddwch chi'n eu gweini. Falle allwch chi gael dyddiau thema ar gyfer y llyisiau gwahanol.



Yn fwy na dim, mwynhewch ac atgoffwch y plant o'r neges

BWYTEWCH Y LLYSIAU I'W LLETHU

YN SERENNU:



BWYTEWCH Y LYSIAU **I'W LEITHU**
HER ARLWYWYR
2024

**Bob blwyddyn rydym yn gofyn i
dimoedd arlwyio i weini llysgiau blasus.**

Chi sy'n rhoi cyfle i'r llysgiau serennu gan
roi cyfle gwcyh i'r blant i'w blasu. Mae'r
Her Arlwywyr, wedi ei noddi gan Tilda,
yn cydnabod a dathlu'r timoedd arlwyio.

Noddwyd gan

Tilda



GWOBRAU

**£500
PRIFWOB!**

**MAE EICH GWAITH CALED YN
HAEDDU CYDNABOD, OS
WNAETHOCH CHI GREU
ARGRAFF GYDA
ARDDANGOSFEYDD ARBENNIG,
BYRDDAU BLASU BENEDIGEIG
NEU WEINI GYDA GWÊN
GYNNES, EWCH I'R WEFAN AM**

**DYSTYSGRIFAU
TLYSAU
GWOBRAU ARIANNOL**

Darganfod mwy:

EATTHEMTODEFEATTHEM.COM/CY

ENILLWYDD 2023!



GWYBODA!

Dyma enillwyr 2023, tîm Awdurdod Addysg
Gogledd Iwerddon o Carryduff Primary.



SUT YN MAGEBIO



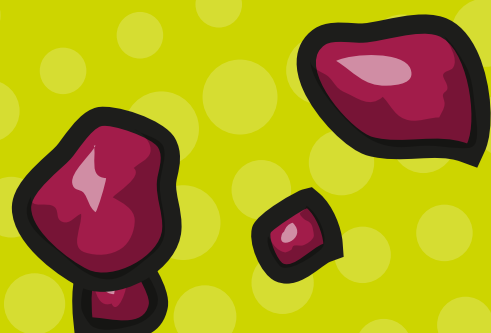
1

Gweini llysiau
hyfryd



2

Tynnu lluniau



3

Ewch i:

EatThemToDefeatThem.com/cy



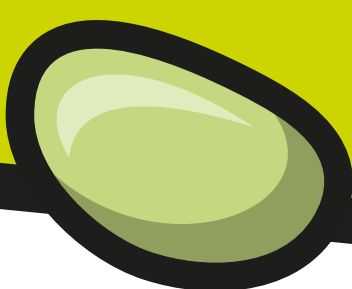
4

Dweud wrthon
ni beth
wnaethoch chi



5

"Ceisiadau yn cau
16 Ebrill 2024"



**RHANNWCH
EICH
BUDDUGOLIAETHAU**

#EATTHEMTODEFEATTHEM

#BWYTEWCHYLLYSIAU

Dilyn y cyffro:

@VegPowerUK

