



### Cyflwyniad

Mae diddordeb cynyddol mewn twrio am fwyd yn yr amgylchedd naturiol, ac rydym yn cydnabod y gall defnydd cynaliadwy o'n hadnoddau naturiol fod o fudd i bobl Cymru. Rydym eisiau annog twrio am fwyd yn gyfrifol ar dir Cyfoeth Naturiol Cymru (CNC) ac rydym wedi amlinellu, yma, sut y gallwn gyflawni hyn.

### Diffiniad

Mae twrio am fwyd yn disgrifio casglu bwyd a phlanhigion o'r amgylchedd naturiol. Gall hyn gynnwys bwyd gwyllt, fel ffrwythau neu fadarch, yn ogystal â chynhyrchion naturiol eraill, fel mwsogl neu ddail. Mae'r gwahanol fathau o dwrio am fwyd yn cynnwys:

| Unigolion yn twrio am fwyd  | Grwpiau a digwyddiadau wedi'u trefnu yn twrio am fwyd   | Twrio am fwyd yn fasnachol           |
|---|---|--------------------------------------|
| Chwilotwyr achlysurol yn casglu planhigion, mwyar, mwsogl neu ddail at eu defnydd eu hunain | Cyrchoedd ffyngau, teithiau cerdded dan arweiniad i dwrio am fwyd a mathau eraill o dwrio am fwyd mewn grŵp | Casglu planhigion a bwyd i'w gwerthu |

**Sylwch:** Nid yw'r datganiad hwn yn cynnwys twrio am goed ar y tir rydym yn ei reoli. Darllenwch ein fframwaith coed tân (rhowch y ddolen gyswllt) am ragor o wybodaeth am brynu coed tân ar gyfer defnydd unigol.

### Lle gallwch fynd heb ein caniatâd

Mae gan unigolion sy'n twrio am fwyd yr un hawl mynediad ag ymwelwyr eraill ar Hawliau Tramwy Cyhoeddus. Fodd bynnag, ni chaniateir niweidio unrhyw blanhigyn mewn ardaloedd a nodwyd fel Tir Mynediad Agored o dan y Ddeddf Cefn Gwlad a Hawliau Tramwy. Yn y lleoliadau hyn, bydd angen caniatâd y perchennog tir arnoch chi. Mae CNC yn hapus i unigolion dwrio am fwyd i ddefnyddio'r llwybrau caniatool a ddarparwn ar dir a reolir gan CNC, lle nad yw'r tir wedi'i ddynodi ar gyfer cadwraeth natur.

## Pryd y byddwch angen caniatâd gennym

- Dylai unigolion sy'n twrio am fwyd at eu defnydd eu hunain bob amser gysylltu â ni am ganiatâd os yw'r ardal wedi'i dynodi ar gyfer cadwraeth natur.
- Mae grwpiau a digwyddiadau wedi'u trefnu angen ein caniatâd er mwyn twrio am fwyd ar dir a reolir gan CNC.
- Mae unrhyw dwrio am fwyd masnachol angen ein caniatâd hefyd.

## Sut rydym yn cefnogi twrio am fwyd

- Byddwn yn dilyn ein [Hegwyddorion Arweiniol](#) ar gyfer cynnwys y gymuned gyda thir rydym yn ei reoli.

## Beth fydd angen i chi ei wneud

- Dilynwch y [Cod Cefn Gwlad](#) ac [arferion gorau twrio am fwyd](#) bob amser.
- Byddwch yn ofalus o rywogaethau planhigyn gwenwynig a gwnewch yn siŵr eich bod yn gwybod beth rydych yn ei gasglu.
- Peidiwch â thwrio am fwyd mewn safleoedd gwarchodedig a gofalwch nad ydych yn difrodi planhigion prin mewn mannau eraill. Mae rhai rhywogaethau wedi'u hamddiffyn yn benodol rhag difrod a gwerthiant - gallwch ddod o hyd i restr o'r rhain yn [Atodlen 8 Deddf Bywyd Gwyllt a Cefn Gwlad \(1981\)](#).
- Mae codi a chludo sylwedd planhigion yn gallu cynyddu'r risg o halogiad yn sylweddol, felly bydd angen i chi ddilyn ein canllawiau '[Cadwch ef yn Lân](#)' i amddiffyn rhag lledaenu rhywogaethau ymledol a bygythiadau bioddiogelwch.
- Cadwch at ein holl arwyddion. Mae tir a reolir gan CNC yn aml yn amgylchedd gwaith a gall methu â dilyn arwyddion diogelwch fod yn beryglus i'r rhai sy'n twrio am fwyd a rheolwyr tir.
- Dylech ond gasglu blodau, dail, ffrwythau a hadau lle mae llawer ohonynt. Mae bwyd gwyllt yn hanfodol er mwyn i fywyd gwyllt orosi. Mae'n bwysig twrio am fwyd yn gynaliadwy er mwyn sicrhau bod digon ar ôl i adar a rhywogaethau eraill, ac i ganiatáu planhigion neu ffyngau i gynhyrchu hadau a sborau sy'n tyfu i'r genhedlaeth nesaf. Ar gyfer ffyngau, dylech ond gymryd madarch sydd wedi agor eu capiau, gan fod y rhain yn debygol o fod wedi gollwng eu sborau - a pheidiwch â chasglu madarch bach 'botwm'.
- Ceisiwch leihau'r difrod i gynefinoedd a rhywogaethau cyfagos, a gofalwch nad ydych yn sathru ar ardaloedd lle rydych chi'n twrio am fwyd.
- Byddwch yn ofalus bob amser nad ydych yn aflonyddu ar adar neu anifeiliaid. Maent yn arbennig o agored i niwed yn ystod y tymor bridio ac yn y gaeaf. Gall gadael llwybrau twrio am fwyd achosi aflonyddwch.

## Sut y gallwch ymgeisio am ganiatâd

I ymgeisio am ganiatâd i ddefnyddio tir a reolir gan CNC ar gyfer mynediad marchogol, cysylltwch hefo ein tîm rhanbarthol yn eich ardal. Mae manylion cyswllt ar gael yn y ddogfen yma:

[Manylion cyswllt am ganiatâd i ddefnyddio tir a reolir gan CNC](#)

## Pwy i gysylltu â nhw am fwy o wybodaeth

Os hoffech gael mwy o wybodaeth, gallwch wybod mwy ar y dolenni canlynol:

- Cymdeithas Fotanegol Prydain ac Iwerddon: [www.bsbi.org](http://www.bsbi.org)
- Cymdeithas Fforwyr: [www.foragers-association.org.uk](http://www.foragers-association.org.uk)