

Cynhadledd
GWIR
Fwyd
a Ffermio
CYMRU



WALES
REAL
Food
& Farming
Conference

11 a 12 Tachwedd 2019
Medrus, Prifysgol Aberystwyth



CYNIDR CONSULTING



adnodd

Dydd Llun 11 Tachwedd 2019

Diwrnod 1	PRIF YSTAFELL	MEDRUS 3	MEDRUS 4
9.30-10.30	Cyrraedd a chofrestru		
10.30-11.00	1) Sut wnaethon ni gyrraedd yma? Colin Tudge, Cynhadledd Gwir Ffermio Rhydychen Gerald Miles, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru <i>Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor</i>		
11.00-11.30	Egwyl		
11.30-12.30	2) Bwydo Cymru: Her Angenrheidiol Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd Ffermio a Chefn Gwlad RSA Dr Amber Wheeler, Peas Please Dr Dave Beck, Prifysgol Salford <i>Cadeirydd: Dr Jane Davidson, Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant</i>	3) Ffermio sy'n gyfeillgar i'r hinsawdd Paul Allen, Prydain Di-Garbon Dr Liz Lewis-Reddy, ADAS <i>Cadeirydd: Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture</i>	4) Gyda'n gilydd ar gyfer y lle hwn – gweledigaethau lleol ar gyfer ucheldiroedd Cymru Gareth Davies, Coed Cymru; David Bavin, Ymddiriedolaeth Bywyd Gwylt Vincent; Dafydd Morris Jones, Fferm Ty Mawr; <i>Cadair: Sam Robinson, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru</i>
12.30-13.30	Egwyl cinio		
13.30-14.30	5) Beth mae Brexit yn ei olygu ar gyfer bwyd a ffermio yng Nghymru? Patrick Holden, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy James Owen, Llywodraeth Cymru <i>Cadeirydd: Arfon Williams, RSPB Cymru</i>	6) Diogelwch bwyd – gwybodaeth yn erbyn rheoliad John Savage Onstwedder, Caws Teifi Lauren Simpson, Parc-y-Dderwen <i>Cadeirydd: Dr Phil Hollington, Prifysgol Bangor</i>	7) Gofalu am ein dŵr Liz Price, Sefydliad Gwy ac Wysg Nigel Elgar, Dŵr Cymru <i>Cadeirydd: Tony Little, Ymgynghoriaeth Ffermio Gynladwy</i>
14.30-15.00	Egwyl		
15.00-16.00	8) *Dyfodol cymunedau gwledig Ann Jones, Sefydliad y Merched Glyn Roberts, Undeb Amaethwyr Cymru Robat Idris, Cymdeithas yr Iaith Gymraeg Katie Davies, Clybiau Ffermwyr Ifanc <i>Cadeirydd: Dei Tomos, BBC Radio Cymru</i>	9) Economeg a'r rhagolygon ar gyfer ffermio tir uchel Chris Clark, Nethergill Associates Tony Davies, Rhwydwaith Ffermio er Lles Natur <i>Cadeirydd: Arfon Williams, RSPB Cymru</i>	10) Ffermio a thyfu ar gyfer dietau iach Pamela Mason, maethegwr ac awdur Patrick Holden, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy <i>Cadeirydd: Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad RSA</i>
16.00-16.30	Egwyl		
16.30-17.30	11) Datblygu mudiad bwyd yng Nghymru Helen Nelson ac Elle Henley-Herat, Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol Corinne Cariad, Manifesto Bwyd Cymru Pete Ritchie, Nourish Scotland <i>Cadeirydd: Nessie Reid, Caws Teifi</i>	12) Troed yn y giât – heriau a chyfleoedd ar gyfer cynhyrchwyr sy'n dechrau Einir Davies, Cyswllt Ffermio Jacqui Banks, Cyngor Un Blaned Sophia Swinhoe-Morgan, Llaethdy Dyfi <i>Cadeirydd: Sam Robinson, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru</i>	13) Datblygu newid ac iechyd meddwl da Rachel Lilley, Prifysgol Aberystwyth Jake Elster-Jones, ymchwilydd annibynnol Jim Bowen, Fferm Ofal Clynfyw <i>Cadeirydd: Steven Jacobs, Fforwm Grawn Cymru a Ffermwyr a Thyfwyr Organig</i>
17.30-18.00	14) Crynodeb o'r diwrnod cyntaf: Yr Athro Michael Woods, Prifysgol Aberystwyth. Wedyn rhwydweithio manau agored a gyflwynir gan Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture	15) Sesiwn ymylol 1: Bragu creffus a gwneud seidr Luke Prosser, Prifysgol Bangor	16) Sesiwn ymylol 2: Arbed hadau ar gyfer tyfwyr Katie Hastings, Rhaglen Sofraniaeth Hadau Gaia; Catrina Fenton, Llyfrgell Hadau Treftadaeth Garddio Organig; Kate McEvoy, Real Seeds
18.00	17) Lansiad a derbyniad Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad Cymru RSA Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad RSA a Dr Jane Davidson, Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant <i>Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor</i>		
19.00	18) Cinio'r gynhadledd, bar a thwmpath Ymunwch â ni am ginio ym Medrus a thwmpath dawns gyda'r band lleol Trafferth mewn Tafarn.		

Dydd Mawrth 12 Tachwedd 2019

Diwrnod 2	PRIF YSTAFELL	MEDRUS 3	MEDRUS 4
8.30-8.50	19) Ioga ar gyfer tyfwyr Alice Gray, Tyddyn Teg.		
9.00-10.00	20) Adeiladu economi fwyd leol gref Rudolf Bühler, Cymdeithas Ffermwyr Schwäbisch Hall <i>Cadeirydd: Duncan Fisher, Ein Bwyd</i>		
10.00-10.30	Egwyl		
10.30-11.30	21) Uno polisi bwyd Dr Ludvine Petetin, Prifysgol Caerdydd Pete Ritchie, Nourish Scotland Holly Tomlinson, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru <i>Cadeirydd: Jane Powell, Manifesto Bwyd Cymru</i>	22) Ein bara beunyddiol Mark Lea, Fferm Greenacres, Organic Arable, Ffermwyr a Thyfwyr Organig Anne Parry, Felin Ganol a Fforwm Grawn Cymru Lucy Watson a Ben Pratt, Watson & Pratt's a Becws Llanbedr Pont Steffan <i>Cadeirydd: Steven Jacobs, Fforwm Grawn Cymru a Ffermwyr a Thyfwyr Organig</i>	23) Bwydo dinasoedd: Datblygu cyfansoddiad bwyd dinesig yng Nghymru Pearl Costello, Bwyd Caerdydd; Heather McClure, Bwyd Dros Ben Aber; Gary Mitchell, Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol <i>Cadeirydd: Alicia Miller, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy</i>
11.30-12.00	Egwyl		
12.00-13.00	24) Ffermio ar gyfer Natur Sorcha Lewis a Polly Davies, Rhydwaith Ffermio er Lles Natur; Anna Hobbs, Ymddiriedolaeth Cadwraeth y Gacynen; Becky Holden, Calon Wen <i>Cadeirydd: Hilary Kehoe, PONT Cymru</i>	25) Pysgodfeydd cynaliadwy – sut ddylai Cymru reoli ei moroedd? Debbie Crockard, Y Gymdeithas Cadwraeth Forol Mark Gray, Cymdeithas Pysgotwyr Cymru Jane Davies, Grŵp Gweithredu Lleol Pysgodfeydd Gogledd Cymru (FLAG) <i>Cadeirydd: Dr Phil Hollington, Prifysgol Bangor</i>	26) Y busnes tyfu Dr Hannah Pitt, Sefydliad Ymchwil Mannau Cynaliadwy Justine Scouler, Flowers from the Farm – Farhill Flowers <i>Cadeirydd: Adam Alexander, Detectif Hadau</i>
13.00-14.00	Egwyl cinio		
14.00-15.00	27) Datblygu ein Dyfodol: Sgiliau a hyfforddiant amaeth-fwyd yng Nghymru Dr Sarah Watson-Jones, BioArloesedd Cymru; Sarah Gould, Lantra; Emily Durrant, Coleg y Mynyddoedd Duon; Katie Hastings, Mach Maethlon / Sefydliad Gaia; Nathan Richards, Cynghrair Gweithwyr y Tir <i>Cadeirydd: Dr Richard Kipling, Prifysgol Aberystwyth</i>	28) Lle mae bwyd a ffermio yn cwrdd Aine Morris, Gŵyl Fwyd Y Fenni; James Campbell, Garddio Organig; Rebecca Jones, Prifysgol Bangor <i>Cadeirydd: Alicia Miller, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy</i>	29) *Traddodiad a thirwedd Dr Gwilym Morus Baird, Prifysgol Bangor; Gareth Ioan, Gwartheg Hynafol Cymru; Dr Glenda Thomas, GCFFBG Cymru; Alice Briggs, Prosiect Tirweddau'r Dyfodol <i>Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor</i>
15.00-15.30	Egwyl		
15.30-16.15	30) Symud pethau ymlaen – lle ydym ni'n mynd o'r fan hon? Hwyluswyr Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture, Dr Eifiona Thomas Lane a Luke Prosser, Prifysgol Bangor.		
16.15-16.30	31) Gair ar y diwedd <i>Cadeirydd: Jane Powell, Manifesto Bwyd Cymru</i>		

* = Cynhelir y sesiwn yn rhannol neu'n gyfan gwbl drwy'r Gymraeg. Bydd cyfleusterau cyfieithu ar gael.

Croeso i'r Gynhadledd gyntaf ar gyfer **Gwir Fwyd a Ffermio Cymru**

Dyma'r gynhadledd gyntaf erioed ar gyfer Gwir Fwyd a Ffermio yng Nghymru. Rydym yn cael ein harwain gan Gynhadledd Gwir Ffermio Rhydychen, sydd wedi bodoli ers deng mlynedd, ond bydd y gynhadledd yn beth bynnag yr ydym yn dymuno iddi fod, ac rydym yn gyffrous eich bod wedi dewis ymuno â ni.

Mae gan Gymru draddodiad cryf o ffermio a diwylliant bwyd bywiog. Ar yr adeg hon o ansicrwydd mawr, sut allwn ni ddefnyddio'r cryfderau hyn i osod llwybr newydd ar gyfer bwyd o Gymru – un sy'n cynhyrchu bwyd iach o amgylchedd naturiol sy'n ffynnu, bwydo ein holl ddinasyddion ac sy'n ffynhonnell o falchder a phleser i bawb?

Yn aml, mae bwyd yn bwnc dadleuol, ond gall ein tynnu at ein gilydd hefyd. Yn y digwyddiad hwn, y gobeithiwn a fydd yn un o ddatliad a chyfeillgarwch ochr yn ochr â'r heriau a'r dadleuon, rydym uwchlaw popeth eisiau creu synnwyr o ddiben a rennir. Mae Cymru yn ddigon bychan ar gyfer anffurfioldeb, ond mae hi'n ddigon mawr i wneud gwahaniaeth a chael sylw, ac mae hynny yn rhoi cyfle unigryw inni.

Trefnwyd y Gynhadledd agoriadol hon gan dîm o unigolion a sefydliadau, pawb ohonom yn cael ein hysbrydoli gan synnwyr o rywbeth newydd. Yn awr, cyfrifoldeb pawb yw ei pherchnogi a'i symud ymlaen.

Gobeithiwn y byddwch chi'n mwynhau'r ddau ddiwrnod nesaf ac y byddan nhw'n eich ysbrydoli.

Tim Cynhadledd Gwir Fwyd a Ffermio Cymru

Ein Noddwyr

Rydym yn arbennig o ddiolchgar i'n noddwyr, sydd drwy roi yn hael wedi rhoi'r hyder i'w gwneud yn ddigwyddiad i ymfalchio ynddo. Y rhain yw Bio-Arloesedd Cymru, Cynghrair Gweithwyr Cymru, Ffermwyr a Thyfwyr Organig, Garddio Organig, Hybu Cig Cymru, RSPB Cymru, Rhydwaith Ffermio er Lles Natur ac Undeb Amaethwyr Cymru.

Ein cydweithredwyr

Mae llawer o bobl wedi cyfrannu at y digwyddiad hwn. Hoffwn ddiolch yn arbennig i'n cadeiryddion a'n siaradwyr, ein stonidwyr, ein stiwardiaid gwirfoddol a'r sefydliadau canlynol: Coed Cymru, Cynidr Consulting, Fforwm Grawn Cymru, Maniffesto Bwyd Cymru, Prifysgol Aberystwyth, Prifysgol Bangor, Purposeful Permaculture ac Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy.

Arlwyo

Mae pob ymdrech wedi cael ei gwneud i darddu bwyd sy'n adlewyrchu gwerthoedd y gynhadledd. Lle y bo'n ymarferol, mae'r cynhwysion yn rhai lleol a thymhorol ac mae rhai cynhwysion yn organig.



Trydar #cgfffc19
Dilynwch @cgfffc19

www.cgfffc.cymru gwybodaeth@cgfffc.cymru

Dydd Llun

1) Sut wnaethon ni gyrraedd yma?

Hon yw cynhadledd gyntaf Gwir Fwyd a Ffermio yng Nghymru. Rydym yn olrhain ei gwreiddiau i Gynhadledd Gwir Ffermio Rhydychen sydd yn awr yn ddeg oed, ac rydym am weld beth y gall y digwyddiad newydd hwn ei gynnig i Gymru.

Colin Tudge, Cynhadledd Gwir Ffermio Rhydychen
Gerald Miles, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru
Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor

2) Bwydo Cymru: Her angenrheidiol

Sut mae cenedl yn cynhyrchu bwyd iach ar gyfer ei holl ddinasyddion? Tra bod ffermydd Cymru yn dibynnu yn helaeth ar farchnadoedd allforio ar gyfer cig coch, rydym yn mewnfario ffrwythau a llysiau ac nid yw llawer o bobl yn bwyta diet iach, na chael digon i'w fwyta hyd yn oed. Bydd y sesiwn hon yn edrych ar yr heriau o sicrhau bod cynhyrchu bwyd, iechyd cyhoeddus a chyfiawnder cymdeithasol yn gydnaws â'i gilydd.

Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd Ffermio a Chefn Gwlad RSA
Dr Amber Wheeler, Peas Please
Dr Dave Beck, Prifysgol Salford
Cadeirydd: Dr Jane Davidson, Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant

3) Ffermio sy'n gyfeillgar i'r hinsawdd

Sut all ffermio gwrdd â her yr argyfwng hinsawdd a bod yn broffidiol? Pa gefnogaeth a fydd ei hangen i helpu ffermwyr drawsnewid ac arallgyfeirio i ddulliau ffermio sy'n carbon-gyfeillgar? Beth yw swyddogaeth da byw a sut allan nhw gyfrannu at swyddogaeth yr ecosystem a bioamrywiaeth ac integreiddio gyda nhw? A yw'n amser i ddod â choed a da byw at ei gilydd i gydgreu ffermydd da byw adfywiol?

Paul Allen, Prydain Di-garbon, Canolfan y Dechnoleg Amgen
Dr Liz Lewis-Reddy, ADAS
Cadeirydd: Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture

4) Gyda'n gilydd ar gyfer y lle hwn – gweledigaethau lleol ar gyfer ucheldiroedd Cymru

Mae'r argyfyngau cynyddol o newid yn yr hinsawdd a dirywiad bioamrywiaeth yn broblem fyd-eang sy'n rhaid i bawb gymryd cyfrifoldeb drosti. Mae dad-ddofi tir wedi cael ei gynnig fel ateb ar gyfer Canolbarth Cymru, ond beth yw ein hateb ni? Sut allem ni, preswylwyr y dirwedd hon, weithio ar draws sectorau a phryderon er mwyn diogelu ein dyfodol ar y cyd?

Gareth Davies, Coed Cymru
David Bavin, Ymddiriedolaeth Bywyd Gwyllt Vincent
Dafydd Morris Jones, Ferm Tŷ Mawr
Cadeirydd: Sam Robinson, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru

5) Beth mae Brexit yn ei olygu ar gyfer bwyd a ffermio yng Nghymru?

Mae Brexit yn creu ansicrwydd anferth ar gyfer dyfodol ffermio yng Nghymru. Mae Patrick Holden, Cyfarwyddwr Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy a chynhyrchwr llaeth organig o Geredigion, yn egluro'r cefndir drwy lygad ffermwr ynglŷn â beth y gall gadael yr UE olygu i gynhyrchwyr bwyd yng Nghymru. Bydd James Owen, Dirprwy Gyfarwyddwr, Is-adran Diwygio Rheoli Tir yn cyflwyno beth yw meddyliau, polisiau a chynigion diweddaraf Llywodraeth Cymru ynglŷn â bwyd, ffermio a rheoli tir yng Nghymru ar ôl gadael yr Undeb Ewropeaidd.

Patrick Holden, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy
James Owen, Is-adran Diwygio Rheoli Tir, Llywodraeth Cymru
Cadeirydd: Arfon Williams, RSPB Cymru

6) Diogelwch bwyd – gwybodaeth yn erbyn rheoliad

A oes gwrthdaro rhwng bwyd "go iawn" a diogelwch bwyd? A yw'r rheoliadau sydd wedi cael eu cynllunio i ddiogelu iechyd, a'r ffordd y maen nhw'n cael eu gweithredu, yn atal cynhyrchu bwyd cynaliadwy ar raddfa fechan?

John Savage Onstwedder, Caws Teifi
Lauren Simpson, Parc-y-Dderwen Microfermentation
Cadeirydd: Dr Phil Hollington, Prifysgol Bangor

7) Gofalu am ein dŵr

Sut mae ffermwyr a thirfeddianwyr yn gallu gwella rheoli dŵr er budd i'w tir, gwella ffrwythlondeb, bioamrywiaeth a chreu amgylchedd gwell ar gyfer cymunedau a busnesau gwledig? Mae llawer o help a chefnogaeth ar gael, ond a yw'n gweithio a sut y gall y perthnasau hyn sbarduno newid drwy Gymru?

Liz Price, Sefydliad Gwy ac Wysg

Nigel Elgar, Dŵr Cymru

Cadeirydd: Tony Little, Ymgynghoriaeth Ffermio Gynladwy

8) Dyfodol cymunedau gwledig

O gofio'r dirwedd wleidyddol, lywodraethol a pholisi sy'n newid ar hyn o bryd, pa heriau sy'n wynebu cymunedau gwledig yng Nghymru a sut y gall y cymunedau hyn gynnal eu bywoliaeth a'u gwydnwch? Pa fath o weledigaeth y mae asiantaethau cefn gwlad yn ei awgrymu all ymdrin â'r heriau hyn o drawsnewid a sut y dylid darparu gwybodaeth ar gyfer y rhain drwy Nodau Llesiant y Dyfodol? Bydd panel a dynnwyd o amrediad eang o fuddiannau gwledig yn rhoi eu hymatebion a'u barn ynglŷn â'r cwestiwn pa ddyfodol sydd yna ar gyfer cymunedau gwledig yng Nghymru? Bydd trafodaeth agored gyda Chadeirydd yn dilyn hyn.

Ann Jones, Sefydliad y Merched

Glyn Roberts, Undeb Amaethwyr Cymru

Robat Idris, Cymdeithas yr Iaith Gymraeg

Katie Davies, Clybiau Ffermwyr Ifanc

Cadeirydd: Dei Tomos, BBC Radio Cymru Wales

9) Economeg a'r rhagolygon ar gyfer ffermio tir uchel

Mae Chris Clark yn ffermio yn Swydd Efrog ac mae'n bartner yn Nethergill Associates, ymgynghoriaeth busnesau fferm sy'n cynorthwyo ar hyn o bryd gyda rheoli ansicrwydd ffermio yn y dyfodol yn Nyffrynnoedd Swydd Efrog, Rhosydd Gogledd Swydd Efrog ac Ardal y Llynnoedd. Yn seiliedig ar ei wybodaeth a'i brofiad helaeth, bydd Chris yn cyflwyno camau ymarferol ynglŷn â sut i wella proffidioldeb busnesau ffermydd tir uchel mewn ymateb i gynigion y bydd taliadau uniongyrchol yn dod i ben yn raddol o 2021. Mae gan y dull hwn y fantais ychwanegol o fod yn gallu cynhyrchu buddion amgylcheddol. Bydd Tony Davies yn adrodd stori bersonol ynglŷn â sut mae mabwysiadu'r mesurau a ddisgrifiwyd gan Chris wedi bod o fudd i'w fusnes fferm ef yng Nghanolbarth Cymru.

Chris Clark, Nethergill Associates

Tony Davies, Rhwydwaith Ffermio er Lles Natur

Cadeirydd: Arfon Williams, RSPB Cymru

10) Ffermio a thyfu ar gyfer dietau iach

Mae trafodaethau ynglŷn â diet bob amser yn rhai dadleuol ar y gorau, ond gydag adroddiad EAT-Lancet yn cael ei ryddhau yn gynharach eleni ac a gafodd ei feirniadu yn llym drwy alw am symudiad tuag at ddietau sydd yn fegan yn bennaf, mae'r dadleuon wedi datblygu yn fwy pegynedig a dwys. A oes tir canol? Mae persbectif byd-eang adroddiad EAT-Lancet angen ei ystyried o bersbectif llawer mwy lleol. Beth yw diet cynaliadwy ar gyfer y DU? A oes gan 'rhanbarthrwydd' swyddogaeth i chwarae yn hyn o beth? A ydym ni angen peidio â bwyta cig yn gyfan gwbl? Sut rydym ni'n cael pobl i fwyta mwy o lysiau, oherwydd yn wir rydym ni angen bwyta mwy ohonyn nhw?

Pamela Mason, maethegwr ac awdur

Patrick Holden, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy

Cadeirydd: Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad RSA

11) Datblygu mudiad bwyd yng Nghymru

Mae gan Gymru ddeddfwriaeth weledigaethol ar ffurf Deddf Llesiant Cenedlaethau'r Dyfodol, ac mae bwyd yn ffordd ddelfrydol i ymgysylltu dinasyddion Cymru ag ymdrech gyffredin i adeiladu dyfodol iachach, tecach, gwydn inni i gyd. Beth all hynny ymdebygu iddo? Byddwn yn edrych ar yr Alban i gael rhai syniadau a gofyn sut y gall Maniffesto Bwyd Cymru llunio'r drafodaeth.

Helen Nelson ac Elle Henley-Herat, Swyddfa Comisiynydd Cenedlaethau'r Dyfodol

Corinne Cariad, Maniffesto Bwyd Cymru

Pete Ritchie, Nourish Scotland

Cadeirydd: Nessie Reid, Rhwydwaith Amgylcheddau Bydean a Caws Teifi

12) Troed yn y giât – heriau a chyfleoedd ar gyfer cynhyrchwyr sy'n dechrau

Byddwn yn clywed am gyfleoedd sydd ar gael ar gyfer dechreuwydr drwy gynlluniau cefnogi Cyswllt Ffermio a'r model cynllunio Datblygu Un Blaned. Yn ogystal, byddwn yn clywed gan ffermwr llaeth cenhedlaeth gyntaf ynglŷn â'i phrofiad o sefydlu llaethdy micro am y nesaf peth i ddim. Bydd y drafodaeth yn gyfle i ddechreuwydr rannu eu profiadau o frwydro a llwyddo, gan rannu syniadau ynglŷn â strategaethau cefnogaeth posibl yn y dyfodol.

Einir Davies, Cyswllt Ffermio
Jacqui Banks, Cyngor Un Blaned
Sophia Swinhoe-Morgan, Llaethdy Dyfi
Cadeirydd: Sam Robinson, Cyngor Gweithwyr y Tir Cymru

13) Datblygu newid ac iechyd meddwl da

O dechnegau hyfforddiant ymwybyddiaeth ofalgar at therapi garddwriaethol, byddwn yn trafod sut yr ydym yn datblygu llesiant meddwl. Gyda phynciau amrywiol yn cynnwys ffermio gofal, therapi gwyrdd, swyddogaethau meddwl awtomatig, rhagfarnau, emosiynau, teimladau corfforol, yr amgylchedd a'r cyd-destun cymdeithasol, sgwrs yw'r sesiwn hon ynglŷn ag achosi newid cymdeithasol cadarnhaol.

Rachel Lilley, Prifysgol Aberystwyth
Jake Elster-Jones, ymchwilydd annibynnol
Jim Bowen, Fferm Ofal Clynyfwr
Cadeirydd: Steven Jacobs, Fforwm Grawn Cymru a Ffermwyr a Thyfwyr Organig

14) Crynodeb o'r diwrnod cyntaf a sesiwn agored ar gyfer rhwydweithio

Bydd Yr Athro Michael Woods, Prifysgol Aberystwyth yn tynnu themâu'r dydd ynghyd. Bydd hyn yn cael ei ddilyn gan drafodaethau ford gron ynglŷn â phynciau a ddewisir gan y cyfranogwyr.

Hwylusydd: Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture

15) Sesiwn ymylol 1: Bragu creffus a gwneud seidr

Sesiwn anffurfiol i ddysgu sut y gall bragu Cwrw Creffus a gwneud Seidr gyfrannu tuag at y gymuned leol a threftadaeth.

Luke Prosser, Prifysgol Bangor

16) Sesiwn ymylol 2: Arbed hadau ar gyfer tyfwyr – sesiwn galw heibio

A oes gennyh chi ddiddordeb mewn cynhyrchu hadau llysiâu ar gyfer defnydd ar y fferm neu werthiant masnachol? Dewch i gael mwy o wybodaeth am yr hyfforddiant a'r chyfleoedd sydd ar gael i dyfwyr yng Nghymru.

Katie Hastings, Rhaglen Sofraniaeth Hadau Gaia
Catrina Fenton, Llyfrgell Hadau Treftadaeth Garddio Organig
Kate McEvoy, Real Seeds

17) Lansiad a derbyniad Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad Cymru RSA

Lansiodd Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad RSA ei adroddiadau ym mis Gorffennaf. Rydym yn eich gwahodd chi i ymuno â ni dros wydraid er mwyn trafod yr argymhellion, y cyfraniadau arbennig o Gymru a myfyrio ynglŷn â'r heriau sydd o'n blaenau i wneud cynnydd sylfaenol ac ymarferol yng Nghymru.

Sue Pritchard, Comisiwn Bwyd, Ffermio a Chefn Gwlad RSA a Dr Jane Davidson, Prifysgol Cymru y Drindod Dewi Sant
Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor

18) Cinio'r gynhadledd a Thwmpath

Os gwnaethoch chi brynu tocyn ar gyfer cinio'r gynhadledd, bydd hwn yn cael ei weini yn y brif ystafell. Fel arall, mae lleoedd bwyta ar y Campws ac yn y dref. Bydd y bar ar agor am 8yh a gwahoddir pawb i'r twmpath ym mhrif ystafell Medrus am 9yh, gyda'r band lleol Trafferth mewn Tafarn.

Dydd Mawrth

19) Ioga ar gyfer tyfwyr

Symudiadau syml ac ymarferion cynhesu – delfrydol cyn gweithgareddau ailadroddus, fel hau hadau a chwynnu.
Alice Gray, Tyddyn Teg.

20) Adeiladu economi fwyd leol gref

Gan ddechrau yn 1988 gydag wyth o ffermwyr yn unig, mae gan gymdeithas ffermwyr Schwäbisch Hall fwy na 1,400 o aelodau o ranbarth Hohenlohe, gan gynnwys 480 o ffermwyr organig, sy'n cynhyrchu bwyd ar gyfer gwystai, corfforaethau, siopau delicatessen a chwmnïau arlwygo yn Hohenlohe a dinasoedd cyfagos yn yr Almaen. Maen nhw wedi datblygu cadwyn gwerth gyflawn o'r pridd i'r plât, gan gynnwys cyfleusterau prosesu cig, neuaddau bwyd a siopau i werthu i'r cyhoedd, ac maen nhw hyd yn oed wedi troi castell lleol yn ganolfan gynaliadwyedd a gwesty! Dewch i ddarganfod pa wersi a ellir eu dysgu ar gyfer Cymru.

Rudolf Bühler, Cymdeithas Ffermwyr Schwäbisch Hall
Cadeirydd: *Duncan Fisher, Ein Bwyd*

21) Uno polisi bwyd

Pan mae bwyd yn croesi cymaint o feysydd polisi, yn cynnwys defnydd tir, newid yn yr hinsawdd, iechyd cyhoeddus, yr economi, tlodi a llesiant wrth gwrs, mae'n her i ddod â nhw i gyd at ei gilydd a chreu system fwyd sy'n gweithio ar gyfer pawb. Yn y sesiwn hon, byddwn yn gweld sut i wneud hyn weithio.

Dr Ludivine Petetin, Prifysgol Caerdydd
Pete Ritchie, Nourish Scotland
Holly Tomlinson, Cynghrair Gweithwyr y Tir Cymru
Cadeirydd: *Jane Powell, Manifesto Bwyd Cymru*

22) Ein bara beunyddiol

Mae nesáu at ddinasyddion sy'n siopa yn anodd iawn pan ydych chi'n ymdrin â channoedd o dunelli o rawn. Drwy ddatblygu perthynas ofalus ac ystyriol, mae ffermwr, melinydd a phobydd yn datblygu rhwydwaith a fydd yn fwy gwydn ac yn fwy dibynadwy o ganlyniad i'w hymdrechion ar y cyd.

Mark Lea, Fferm Greenacres, Ffermwyr a Thyfwyr Organig
Anne Parry, Felin Ganol a Fforwm Grawn Cymru
Lucy Watson a Ben Pratt, Watson & Pratt's a Becws Llanbedr Pont Steffan
Cadeirydd: *Steven Jacobs, Fforwm Grawn Cymru a Ffermwyr a Thyfwyr Organig*

23) Bwydo dinasoedd: Datblygu cyfansoddiad bwyd dinesig yng Nghymru

Mae'r her o fwydo cytrefi yn enfawr, yn arbennig felly wrth wynebu tlodi bwyd sylweddol sy'n bodoli mewn dinasoedd. Yng Nghymru, mae bron i 65% o'r wlad yn byw mewn dinasoedd, ac mae ganddyn nhw broblemau unigryw i wynebu pan ddaw i fwydo eu preswylwyr. Beth mae dinasoedd eu hangen er mwyn sicrhau bod y boblogaeth yn cael mynediad at fwyd iach, cynaliadwy a fforddiadwy i bawb?

Pearl Costello, Bwyd Caerdydd
Heather McClure, Bwyd Dros Ben Aber
Gary Mitchell, Ffermydd a Gerddi Cymdeithasol
Cadeirydd: *Alicia Miller, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy*

24) Ffermio ar gyfer Natur

Cyflwyniad i'r Rhydwaith Ffermio er Lles Natur a phrosiectau arloesol sy'n ceisio adfer natur. Bydd y sesiwn hon yn cael ei chyflwyno gan grŵp o ffermwyr o Gymru sy'n rheoli eu tir mewn ffyrdd sy'n helpu natur, sicrhau buddion amgylcheddol ehangach ar gyfer cymdeithas a chynhyrchu bwyd o ansawdd uchel.

Sorcha Lewis, Rhydwaith Ffermio er Lles Natur
Polly Davies, Rhydwaith Ffermio er Lles Natur
Anna Hobbs, Ymddiriedolaeth Cadwraeth y Gacynen
Becky Holden, Calon Wen
Cadeirydd: *Hilary Kehoe, PONT Cymru*

25) Pysgodfeydd cynaliadwy – sut ddylai Cymru reoli ei moroedd?

Mae'r sector pysgota yng Nghymru yn bennaf yn cynnwys cychod bychain ar y glannau sy'n defnyddio dulliau traddodiadol, cynaliadwy, ond sy'n wynebu llawer o heriau, yn enwedig gyda Brexit a newid yn yr hinsawdd. Sut all hi gynnal ei chynaliadwyedd economaidd, diwylliannol ac ecolegol yn wyneb y newidiadau anochel sydd i ddod?

Debbie Crockard, Y Gymdeithas Cadwraeth Forol

Mark Gray, Cymdeithas Pysgotwyr Cymru

Jane Davies, Grŵp Gweithredu Lleol Pysgodfeydd Gogledd Cymru (FLAG)

Cadeirydd: Dr Phil Hollington, Prifysgol Bangor

26) Y busnes tyfu

Mae sicrhau sector garddwriaeth gynaliadwy a phroffidiol yn her ac mae llawer o bobl yn ymateb yn llwyddiannus i'r her honno. Mae'r sesiwn hon yn anelu at ddarparu gwybodaeth, ysbrydoli ac ymgysylltu cenhedlaeth newydd yn ogystal â thyfwr profiadol fel ei gilydd. O gynhyrchu brif ffrwd i gynhyrchu arbenigol, busnesau bychain at gadwyni cyflenwi mawr, llwybrau i'r farchnad a sut i fod yn gynaliadwy ac yn broffidiol, mae'r elfennau hyn i gyd yn rhan o'r sgwrs.

Dr Hannah Pitt, Sefydliad Ymchwil Mannau Cynaliadwy

Justine Scouller, Farhill Flowers a Flowers from the Farm

Cadeirydd: Adam Alexander, Detectif Hadau

27) Datblygu ein dyfodol: Sgiliau a hyfforddiant amaeth-fwyd yng Nghymru

Mae cyfoeth o hyfforddiant ar gael yng Nghymru ar gyfer pobl sy'n gweithio a/neu sydd â diddordeb yn y sector amaeth-fwyd, o sgiliau ar gyfer dechreuwr newydd i ffermio at hyfforddiant ôl-radd i'r rhai hynny sy'n gweithio ymhellach ymlaen yn y gadwyn gyflenwi, ond bron yn sicr mae bylchau yn y ddarpariaeth hefyd. Mae'r sesiwn hon yn anelu at godi ymwybyddiaeth ynglŷn â rhywfaint o'r hyfforddiant sydd ar gael a nodi beth sydd ar goll.

Dr Sarah Watson-Jones, BioArloesedd Cymru

Sarah Gould, Lantra: Tyfu Cymru / Sgiliau Bwyd Cymru

Emily Durrant, Coleg y Mynyddoedd Duon

Katie Hastings, Mach Maethlon / Sefydliad Gaia

Nathan Richards, Rhwydwaith Hyfforddiant Agroecoleg Cynghrair Gweithwyr y Tir

Cadeirydd: Dr Richard Kipling, Prifysgol Aberystwyth

28) Lle mae bwyd a ffermio yn cwrdd

Yn aml, mae bwyd a ffermio yn cael eu trin fel dau gategori hollol ar wahân, yn lle un cyfan. Mae bwyd gwlad yn un o'r nodweddion sydd yn ei diffinio fwyaf, fel y mae cennin a chig oen yn tystio, ac mae'r berthynas rhwng y tir a'r hyn a ddaw ohono yn gofyn am ddealltwriaeth ddofnach – mae'n llunio'r bobl, mae'n llunio'r diwylliant ac mae'n darlunio hunaniaeth. Bydd y panel yn ystyried sut yr ydym yn dathlu ein diwylliant bwyd lleol ac yn cadw bwydydd sy'n unigryw i le arbennig.

Aine Morris, Gŵyl Fwyd Y Fenni

James Campbell, Garddio Organig

Rebecca Jones, Prifysgol Bangor

Cadeirydd: Alicia Miller, Ymddiriedolaeth Bwyd Cynaliadwy

29) Traddodiad ffermio a thirwedd

Mae treftadaeth diwylliant, iaith, traddodiad a thirwedd i gyd yn dylanwadu yn eang ar ffermio yng Nghymru ac maen nhw hefyd yn cael eu dylanwadu a'u hailgynhyrchu gan gymunedau ffermio. Bydd y sesiwn fywiog hon yn ymchwilio i fythau o'r gorffennol, realiti'r presennol a gweledigaethau Cymru yn y dyfodol ar gyfer cadw a datblygu'r asedau gwerthfawr hyn yn gynaliadwy.

Dr Gwilym Morus Baird, Prifysgol Bangor

Gareth Ioan, Gwartheg Hynafol Cymru

Dr Glenda Thomas, Grŵp Cynghorol Ffermio a Bywyd Gwyllt Cymru

Alice Briggs, Prosiect Tirweddau'r Dyfodol

Cadeirydd: Dr Eifiona Thomas Lane, Prifysgol Bangor

30) Symud pethau ymlaen – lle ydym ni'n mynd o'r fan hon?

Mae Cynhadledd Gwir Fwyd a Ffermio Cymru yn un o lawer o fentrau sy'n gweithio tuag at system gynaliadwy ar gyfer Cymru. Dewch i weld sut y gallwch chi helpu i gynllunio beth sy'n digwydd nesaf.

Mae'n cael ei hwyluso gan Dr Angie Polkey, Purposeful Permaculture, gyda Dr Eifiona Thomas Lane a Luke Prosser o Brifysgol Bangor.

31) Gair ar y diwedd

Cadeirydd: Jane Powell, Manifesto Bwyd Cymru

Acronymau

GCFfBG Grŵp Cyngori ar Ffermio a Bywyd Gwylt (FWAG)

RSA Royal Society of Arts, Llundain