

BWYDO CYFIAWNDER



Cynnwys

Ein rôl fel catalydd dros newid	3
Adeiladu sylfaen ar gyfer mudiad cynhwysol	4
Cyflwyniad	5
Sut y mae gwahaniaethau ac anghyfiawnder hiliol yn amlygu eu hunain yn y system fwyd	7
Egwyddorion cyfiawnder bwyd	10
Egwyddorion sofraniaeth bwyd	11
Pam mae cydweithredu'n bwysig	13
Croestoriadedd: meithrin pŵer ar y cyd	16
Crynodeb	18
Argymhellion	19
Geirfa	22
Cydnabyddiaeth	26



Lle bynnag y gwelwch yr eicon llyfr hwn, gallwch glicio arno i neidio i'r eirfa.





Ein rôl fel catalydd dros newid

Mae *Eating Better* yn elusen gyda thîm bychan ond ymroddgar sy'n gyfrifol am gydlyn cyngwrair sydd â dros 65 o aelodau o sectorau amrywiol gan gynnwys y sectorau amgylcheddol, lles anifeiliaid, iechyd, ffermio, cyfiawnder cymdeithasol a thyfu bwyd yn y gymuned. Rydym yn cydnabod y dylanwad sylweddol sydd gennym drwy ein rhwydweithiau a'n platfformau eang. Yn bwysicach, rydym yn cydnabod ein safle unigryw fel cyfrwng newid, gyda chyfrifoldeb i annog ac ysgogi ein cyngwrair i weithredu'n rhagweithiol dros system fwyd deg a chyfiawn i bawb.

Mae ein hagenda'n cefnogi lleihau faint o gig a chynnyrch llaeth sy'n cael eu bwyta'n gyffredinol, gan wella ansawdd a chynaliadwyedd yr hyn a fwyteir. Wrth edrych arno drwy lens bwyd a chyfiawnder hiliol, mae angen talu sylw gofalus i oblygiadau ac effeithiau'r newid hwn i sicrhau nad yw'n gwaethygu'r anghydraddoldebau presennol ond ei fod yn hytrach yn cyfrannu at system fwyd decach.

Mae'r prosiect hwn, Bwydo Cyfiawnder, drwy gydweithredu, yn bwriadu sbarduno defnydd cyson o'r lens honno gan bobl o fewn ein mudiad, er mwyn helpu i gyflawni proses bontio deg a mynd i'r afael ag anghydraddoldebau systemig.





Adeiladu sylfaen ar gyfer mudiad cynhwysol

Bwriedir i'r ddogfen hon fod yn adnodd sylfaen, sy'n cyflwyno'r cyd-destun ar gyfer ymdrechion cydweithredol dros y blynyddoedd nesaf. Mae'n cynnig trosolwg o sut y gallai'r broses o ddatblygu mudiad cynhwysol edrych, gan amlygu prosiectau a gweithredoedd grymusol gan aelodau'r gynghrair a thu hwnt. Mae'r pwyslais ar fentrau allanol sydd â'r nod o hybu cyfiawnder cymdeithasol mewn systemau bwyd, yn hytrach na rhoi arweiniad manwl ar sut i gyflawni prosesau Cyfiawnder, Tegwch, Amrywiaeth, a Chynhwysiant (*JEDI*) a phrosesau gwrth-hiliaeth mewnol. Drwy gyfrwng astudiaethau achos ac argymhellion, nod yr adnodd hwn yw ysbrydoli sefydliadau i gymryd camau ystyrlon tuag at newid y system mewn modd trawsnewidiol, gan ddeall bod gwir drawsnewidiad hefyd yn gorfod dechrau oddi mewn.

“

Mae system fwyd gyfiawn, amrywiol, deg a chynhwysol yn rhywbeth y mae ein holl aelodau'n ei ddeisyfu. Ond tan inni roi'r egwyddorion hyn ar waith yn ein sefydliadau ein hunain, ni fyddwn yn gweld y system fwyd yn newid.

Bu siwrnai *JEDI Eating Better* yn ddigon anghyfforddus, araf a rhwystredig ar adegau – nid oes fformiwla hud. I sefydliad sydd â chenhadaeth i ddatrys a gwneud newidiadau, mae dysgu byw gyda'r anesmwythder wedi bod yn anodd.

Fodd bynnag, ar ôl inni ddechrau cael y sgysiau anodd rheini, rydym wedi canfod egni, cyffro a phob math o bosibiliadau.

Mae'r adnodd hwn wedi'i ddatblygu i fod yn llawn gwybodaeth, ond hefyd yn ymarferol. Mae llawer o syniadau sy'n ysbrydoli, ac rydym yn argymhell eich bod yn dechrau ag ambell un yn unig! Rydym yn gobeithio y bydd yn eich bwydo chi a'ch sefydliad ar eich siwrnai.

”



Sarah Wakefield

Prif Weithredwr
Eating Better

Cyflwyniad



Ers 2020, bu newid amlwg yn y ffordd y mae'r system fwyd yn ymwneud â chyfiawnder hiliol, tegwch, a chynhwysiant. Mae'r pandemig COVID-19 ac ymddangosiad y mudiad Mae Bywydau Du o Bwys yn 2020 wedi gweithredu fel catalyddion, gan dynnu sylw at anghydraddoldebau systemig, yn enwedig y rhai sy'n ymwneud â mynediad at fwyd a chyfiawnder hiliol. Er bod y pandemig wedi gwaethygu rhai gwahaniaethau a fodolai eisoes, mae'r mudiad BLM wedi amlygu'r hiliaeth a'r anghyfiawnder sydd wedi'u hymwreiddio mewn cymdeithas, gan arwain at newid cymdeithasol ehangach i geisio deall y materion hyn o fewn y system fwyd mewn ffordd fwy cynhwysfawr.

Yn hanesyddol, mae sector bwyd a ffermio'r DU wedi cael anhawster i gydnabod a mynd i'r afael â chymhlethdodau cyfiawnder cymdeithasol a hiliol. Fodd bynnag, roedd 2020 yn ddeffroad i'r sector cyfan, gan ddangos angen brys i roi blaenoriaeth i'r materion hynny fel rhai sy'n allweddol i newid systemau bwyd. Yn ystod y pedair blynedd diwethaf, rydym wedi gweld ysgogiad cynyddol i fyfyrion a gweithredu ar draws y sector. Yn ystod y cyfnod hwn, mae'r sector wedi canolbwyntio fwyfwy ar hunanfyfyrion a gweithredu, ac mae hynny wedi arwain at nifer o fentrau sy'n casglu data amrywiaeth, cyhoeddi deunyddiau dysgu a phecynnau cymorth gyda'r nod o fynd i'r afael ag anghyfiawnder a rhoi sylw i anghydraddoldebau strwythurol yn y sectorau bwyd,

“Rwyf wedi dysgu nad oes a wnelo hiliaeth, fel y rhan fwyaf o systemau gormes, ddim â phobl ddrwg sy'n gwneud pethau ofnadwy i bobl sy'n wahanol iddynt hwy ond yn hytrach mae'n ffordd o gadw grym i grwpiau penodol ar draul eraill.”

Alicia Garza, The Purpose of Power: How We Come Together When We Fall Apart

“Pan fyddwn yn gweld ym mhle y mae ein braint yn croestorri â gormes rhywun arall, gwelwn ein cyfleoedd i wneud newid gwirioneddol.”

Ijeoma Oluo, So You Want to Talk About Race

Hefyd, dechreuodd sefydliadau ymrwymo'n gyhoeddus i wneud newidiadau, gyda newidiadau amlwg mewn ariannu ymdrechion sy'n hybu ac yn grymuso cymunedau sydd wedi'u hileiddio a'u hymyleiddio. Er gwaethaf y datblygiadau hyn, nid fu'r mentrau hyn heb feirniadaeth. Mae llawer o ymdrechion wedi'u labelu fel rhai tocenistaidd neu berfformiadol*, yn bennaf oherwydd eu natur tymor byr a diffyg ymrwymiad dros amser. Mae hyn yn dangos bod angen i sefydliadau cymdeithas sifil gyfleu ymdrechion hirdymor, cynaliadwy, yn glir a gweithredu arnynt yn hytrach na dim ond cynnig ymatebion tymor byr i faterion systematig.

*Yng nghyd-destun ymdrechion o ran amrywiaeth, tegwch a chynhwysiant, mae "tocenistaidd" a "pherfformiadol" yn disgrifio gweithredoedd heb ymrwymiad ac effaith wirioneddol, sy'n aml yn ddim mwy na cheisio gwneud argraff yn hytrach na gwneud cynnydd gwirioneddol. Bydd tocenistiaeth yn digwydd pan fydd sefydliad yn cynnwys aelodau o grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli yn bennaf i geisio cyfleu argraff o amrywiaeth, heb werthfawrogi eu lleisiau o ddifrif na mynd i'r afael ag annhegwch strwythurol.

Gweithredoedd perfformiadol mewn JEDI yw'r rhai sy'n cael eu gwneud i greu argraff yn unig, i geisio dangos bod y sefydliad yn un sy'n cefnogi JEDI, yn hytrach na gwneud newid gwirioneddol, cynaliadwy. Mae'r gweithredoedd hyn yn aml yn rhai arwynebol ac ni fydd gwaith dilynol yn cael ei wneud, fel rhyddhau datganiadau sy'n cefnogi cyfiawnder cymdeithasol heb weithredu polisïau nac ymrwymo adnoddau i roi sylw i faterion systematig.



Nid yw'r camau a gymerwyd ers 2020, er yn arwyddocaol, yn ddigon ar eu pen eu hunain i ddatgymalu hiliaeth a gormes systemig. Amlygwyd y realiti hwn yn ystod haf 2024, pan brofodd Prydain gyfres o ymosodiadau a therfysgoedd islamoffbig, gwrth-fewnfudwyr, hiliol ar hyd a lled y wlad. Mae hiliaeth a gormes yn faterion sefydledig iawn, sy'n deillio o waddol trefedigaethu sy'n parhau i ffurfio cymdeithas. Mae'r digwyddiadau diweddar yn ein hatgoffa bod hiliaeth a gormes strwythurol wedi'u hymwreiddio'n ddwfn o hyd, ac yn gwaethygu yn sgil anghydraddoldebau parhaus. Mae'r digwyddiadau hyn yn dangos bod y siwrnai tuag at gyfiawnder ymhell o fod wedi'i chwblhau. Yn awr, yn fwy nag erioed, rhaid inni ddefnyddio momentwm y mudiad Mae Bywydau Du o Bwys 2020 a therfysgoedd 2024 fel galwad i ail-ddychmygu dyfodol sy'n cefnu ar y cylchoedd cyson hyn o drais ac anghydraddoldeb.

Er mwyn sicrhau'r trawsnewidiad sydd ei angen yn ein cymdeithas, ein hamgylcheddau bwyd, a'r economi, mae angen mudiadau cymdeithasol cynhwysol, grymus sy'n cael eu cydlynw. Mae dealltwriaeth glir o'r materion systemig sy'n ein hwynebu'n hanfodol, a rhaid alinio dulliau gwleidyddol ac ymarferol.

Mae'r adnodd hwn yn cyflwyno cysyniadau allweddol fel cyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd – fframweithiau sydd, er yn unigryw, yn rhannu'r nod cyffredin o wthio'r mudiad bwyd tuag at weledigaeth lle y mae systemau bwyd yn wirioneddol gyfiawn, cynaliadwy, a theg.

Mae'r prif adnoddau a mentrau'n cynnwys:

- SOS-UK, *The Race Report*, 2022 a 2023
- Wildlife and Countryside link *Changing the world from within*, 2022
- Wildlife and Countryside link: *Route Map Towards Greater Ethnic Diversity*, 2022
- *Diverse Sustainability Initiative*
- *Race for Natures Recovery*, 2020
- Landworkers' Alliance, *Land in Our Names*, Ecological Land Cooperate report: *Jumping Fences*, 2023
- Navaratnam Partheeban, Nuffield Scholarship report: *Encouraging and Supporting Black and People of Colour in Agriculture*, 2022
- Ubele, OrganicLea, Black Rootz, *Land in Our Names: Rootz into food growing*, 2021
- Food Ethics Council: *On the Road to Food Justice*, 2020

Yn y sector elusennau ehangach, gwnaed ymdrechion i fynd i'r afael â hiliaeth a gormes. Mae rhai adnoddau nodedig yn cynnwys:

- *Race Equality Matters*
- ACEVO report: Report on *undoing racism and achieving real diversity in the charity sector*, 2020. A follow up report was published in 2023 titled *Warm Words, Cold Comfort: UK Civil Society's ongoing racism problem*.
- A Time for New ways report: *From Good Intentions to Impact*, 2023.
- Possible report: *From Equality, Diversity, and Inclusion to Anti-Oppression*, 2024.



Sut y mae gwahaniaethau ac anghydraddoldebau hiliol yn amlygu eu hunain yn y system fwyd

Yn y DU, mae gan grwpiau sydd wedi'u hymyleiddio a'u hileiddio [hanes hir a bywiog](#) o arwain camau gweithredu dros gyfiawnder cymdeithasol, gan fynd i'r afael ag anghydraddoldeb, tlodi, ac anghyfiawnder, gyda bwyd yn aml yn chwarae rôl hanfodol. Fodd bynnag, ar raddfa system ehangach, mae'r termau cyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd [yn dal i fod yn rhai newydd](#) yn y DU. Ychydig iawn o gyrff anlywodraethol yn y DU sy'n disgrifio maes eu gwaith fel cyfiawnder bwyd neu sy'n ei gynnwys yn eu strategaethau craidd. Mae hyn yn fwy cyffredin ar lefelau llawr gwlad a chymunedol, lle mae cyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd yn gallu cael eu hintegreiddio'n ddwfn i'r gwaith o drefnu bwyd yn lleol. Un o'r prif resymau dros hyn yw bod gan lawer o'r unigolion a'r cymunedau sy'n gysylltiedig â threfnu bwyd yn lleol brofiad bywyd o heriau fel diffyg diogeled bwyd a mynediad cyfyngedig at ddeietau iach a chynaliadwy. Mae'r profiad hwn yn llai cyffredin ymhlith gyrff anlywodraethol ac elusennau yn y sector bwyd.

Er gwaethaf hyn, mae'r sector ehangach yn aml yn edrych ar faterion sy'n ymwneud â bwyd o [ddau brif safbwynt](#): cysylltu cynhyrchu a bwyta bwyd â nodau iechyd ac amgylcheddol, a hybu systemau bwyd lleol a phatrymau bwyta unigol i annog newid cymdeithasol. Fodd bynnag, mae'r dull olaf hwn yn dueddol o gadarnhau braint gymdeithasol, mae'n dueddol, yn fwriadol neu'n anfwriadol, o hepgor cymunedau wedi'u hymyleiddio ac mae'n diystyru achosion sylfaenol anghyfiawnderau bwyd. Y drydedd ymagwedd at systemau bwyd yw'r safbwynt cyfiawnder cymdeithasol/gwrth-newyn/gwrthdlodi lle mae'r pwyslais ar fynediad teg at fwyd, gwella amodau economaidd ac eirioli dros gymunedau wedi'u hymyleiddio. Yn y pen draw, ceir gwrthdaro rhwng pob un o'r tri safbwynt oherwydd y gwahaniaethau yn eu blaenoriaethau, eu dulliau a'u hatebion posibl.

Yn ôl [adroddiad y Trussell Trust yn 2023, Hunger in the UK](#), yn 2022-23, roedd 14% o oedolion wedi profi diffyg diogeled bwyd ac mae hynny'n cyfateb i 11.3 miliwn o bobl ledled y wlad (sy'n golygu eu bod ar ryw adeg wedi bod mewn sefyllfa lle nad oeddent yn gallu fforddio bwyd, wedi bwyta llai, wedi colli pwysau ac wedi bod yn llwglyd oherwydd diffyg bwyd). Y bobl y mae'r perygl mwyaf iddynt brofi newyn yn y DU yw cymunedau sy'n profi anghydraddoldebau strwythurol, gan gynnwys menywod, pobl o gefndiroedd ethnig leiafrifol, cymunedau LHDTCRhA+, ffoaduriaid a cheiswyr lloches. [Rhagor o wybodaeth am achosion sylfaenol anghydraddoldebau sy'n gysylltiedig â deiet.](#)



Sut y mae gwahaniaethau ac anghydraddoldebau hiliol yn amlygu eu hunain yn y system fwyd

Yn gyffredinol, nid yw'r system fwyd gyfoes yn y DU yn meddu ar y gallu i gymhwyso dadansoddiad hil, rhywedd, a dosbarth i sut y dylai systemau bwyd newid. Mae Adroddiad Sankofa: British Colonialism and the UK Food System yn edrych ar haenau niferus anghydraddoldeb yn system fwyd bresennol y DU, sy'n deillio o waddol trefedigaethu a cham-fanteisio. Mae'n amlygu materion fel tangynrychiolaeth yn y sector, diffyg diogeled bwyd, diffyg mynediad at fannau gwyrdd i gymunedau wedi'u hymyleiddio a rhagoriaeth epistemolegau (damcaniaethau gwybodaeth) gorllewinol mewn ymchwil bwyd. Yn bwysicach, mae'r adroddiad yn pwysleisio, os ydym am sicrhau newidiadau ystyrlon a pharhaol, rhaid inni wynebu a mynd i'r afael â'r grymoedd sydd wedi ffurfio ein system fwyd bresennol.

Er mwyn deall pam mae'r system fwyd yn ddarniog, rhaid inni ddeall yr achosion sylfaenol y er mwyn ail-ddychmygu sut y gallai system newydd edrych.



Astudiaeth Achos 1: Pecyn Cymorth newid drwy Degwch Hiliol a Chynhwysiant (REDI) – Bwyd o Bwys a Lleoedd Bwyd Cynaliadwy

Mae [REDI for Change](#) yn broses i integreiddio ethos gwrth-hiliaeth ar draws y rhaglen Lleoedd Bwyd Cynaliadwy a Rhwydwaith y DU gyfan o dros 100 o bartneriaethau bwyd. Ers 2020, mae Ben Messar wedi bod yn arwain cyd-ddatblygiad yr ethos REDI for Change – cyfres o egwyddorion a methodoleg sy'n cefnogi partneriaethau bwyd a sefydliadau bwyd eraill i weld a deall eu diwylliant, eu hymarfer a'r bobl sy'n gysylltiedig â hwy drwy lens hil, tegwch, amrywiaeth a chynhwysiant.

Mae *REDI for Change* wedi'i seilio ar y gydnabyddiaeth bod ein system fwyd yn y DU yn adlewyrchu ac yn cadarnhau gormes ac allgau hiliol lle mae'n bodoli mewn cymdeithas. Dyna pam mae gan hil gymaint o ddylanwad ar brofiad pobl o'r holl system fwyd, o fynediad at fwyd, i waith y sector bwyd, i gynhwysiant mewn gofodau polisi bwyd. Mae rhoi sylw i ddiwylliant ac ymarfer ar hil felly'n hanfodol i gyflawni gwaith craidd partneriaethau bwyd.

Rhoddodd digwyddiadau 2020 (llofruddiaeth George Floyd a'r mudiad #MaeBywydauDuoBwys) y momentwm angenrheidiol i Lleoedd Bwyd Cynaliadwy ail-werthuso ac, o bosibl, edrych ar broblemau ein ffyrdd presennol o weithio. Deilliodd REDI for Change o'r gwaith ail-werthuso hwn fel ethos, cyfres o egwyddorion y gellid eu hefelychu, a methodoleg ar gyfer deall pa mor gynrychioliadol, teg, amrywiol a chynhwysol yw ein sefydliadau. Mae Offeryn Adolygu REDI yn broses hunanfyfrio a ddyluniwyd i helpu partneriaethau bwyd Lleoedd Bwyd Cynaliadwy a sefydliadau eraill yn y sector bwyd i fyfrio ar eu diwylliant, eu harferion gweithio a'r bobl sy'n gysylltiedig â hwy drwy lens Hil, Tegwch, Amrywiaeth a Chynhwysiant. Gellir defnyddio'r Offeryn a'r broses fel sail i drafodaethau ac i rannu safbwyntiau ar gynnydd, ac i helpu i nodi lle mae angen canolbwyntio ymdrechion neu lle mae angen cymorth.

Astudiaeth Achos 1: Argymhellion



Newid pwyslais o newid unigol i newid strwythurol

- Rhoi sylw i achosion sylfaenol anghydraddoldeb o fewn systemau bwyd, symud y tu hwnt i naratif cyfrifoldeb personol i newid strwythurol.

Ymrwymo i ddysgu parhaus a dad-ddysgu

- Mabwysiadu addysg, myfyrion ac atebolrwydd parhaus i roi sylw i annhegwch strwythurol o fewn mudiadau a systemau bwyd.
 - Sefydlu hyfforddiant gorfodol a pharhaus i staff a grwpiau trefnu gan sicrhau addysg ac atebolrwydd ar y materion hyn.

Hybu myfyrion ac atebolrwydd parhaus

- Meithrin atebolrwydd mewnol ac allanol mewn mudiadau a sefydliadau, gan sicrhau bod ymdrechion JEDI yn ystyrlon a pharhaus.
 - Cynnal gwerthusiadau rheolaidd o nodau JEDI gydag arbenigwyr allanol a chynnwys cymunedau wedi'u hymyleiddio i asesu effaith y rhaglenni.

Egwyddorion cyfiawnder bwyd

Mae cyfiawnder bwyd yn fudiad cymdeithasol ac yn gyfres o egwyddorion sy'n cymhwyso [safbwynt strwythurol a chyfannol ar y system fwyd](#) sy'n ystyried mynediad at fwydydd iach, maethlon sy'n briodol yn ddiwylliannol yn hawl ddynol, wrth roi sylw i'r rhwystrau strwythurol a diffyg diogeled bwyd sy'n bygwth yr hawl hwn.

Mae cyfiawnder bwyd yn mabwysiadu [lens amlddisgyblaethol ac ar lawr gwlad](#) ar gyfer systemau bwyd. Mae'n cydnabod croestoriadau ffactorau cymdeithasol fel rhywedd, hil, dosbarth, a gallu o fewn y system fwyd. Mae hefyd yn cadw mewn cof bod cysylltiad pendant rhwng iechyd y cyhoedd a systemau bwyd oherwydd y cydgysylltiad rhwng iechyd, bwyd a'r amgylchedd.

Mae cyfiawnder bwyd yn ymwneud â'r hawl i fwyd, sicrhau bod gan bawb fynediad at fwyd fforddiadwy, diogel, maethlon, cynaliadwy, ac sy'n briodol yn ddiwylliannol, beth bynnag fo'u hamgylchiadau a'u cefndir. Ers ei sefydlu, mae'r mudiad cyfiawnder bwyd wedi gweithio tuag at greu system fwyd sy'n rhydd o gam-fanteisio neu ormes, lle mae ffermwyr yn cael eu trin â pharch ac urddas, lle ceir arferion llafur teg a chydaddoldeb rhwng y rhywiau, a lle mae gwrth-hiliaeth yn rhan annatod ohoni.

Mae hyn yn golygu edrych yn feirniadol ar ein systemau bwyd presennol, cydnabod dylanwad systemau cyffredinol gormes, ac ymdrechu i ddehongli'r systemau hyn i greu system fwyd fwy teg a chyfartal.



Enghraifft o gyfiawnder bwyd ar waith: *WEN a Platform, Blueprint Architects - Recipes for a Revolution*

Mae *Blueprint Architects* yn grŵp esblygol o 20-30 o bobl sy'n cynrychioli arweinyddion cymunedol, sefydliadau, gweithredwyr a phreswylwyr sy'n gysylltiedig â system fwyd Tower Hamlets. Mae'r grŵp yn gysylltiedig ag ymchwilio a chyd-ddylunio glasbrint ar gyfer system fwyd sy'n garedig i'r hinsawdd ac sy'n gyfiawn yn gymdeithasol sy'n mynd i'r afael â materion sy'n berthnasol i fwrdeistref drefol fel Tower Hamlets. Nod y grŵp yw pennu a datblygu'r wybodaeth graidd sydd ei hangen ar gyfer y glasbrint hwn i arwain gwaith Just FACT – rhwydwaith o bobl a phrosiectau yn y fwrdeistref sy'n ystyried sut y gallai system fwyd amgen edrych. Erbyn blwyddyn 5 o'r prosiect, byddant wedi creu gweledigaeth sy'n egluro sut y gellid trawsnewid gwahanol rannau o'r system fwyd leol, tystiolaeth o syniadau a gweithredu ar lawr gwlad, ac argymhellion ar gyfer newid ar wahanol lefelau. Bydd y Glasbrint yn cynnwys uchelgais fawr fel cymuned, sy'n dangos sut olwg fyddai ar broses bontio deg ar gyfer bwyd a hinsawdd yn y fwrdeistref pe bai'n llwyddiannus. Drwy sicrhau bod cymunedau ac unigolion â safbwyntiau lleol a diwylliannol eang yn dylanwadu ar y gwaith, bydd y prosiect yn sicrhau bod tegwch a chyfiawnder yn elfennau canolog o'r gwaith. Er bod y pwyslais ar Tower Hamlets, y nod yw galluogi'r model hwn i gael ei ddefnyddio gan ardaloedd trefol eraill ledled y wlad.



Egwyddorion sofraniaeth bwyd

Mae corfforaethau mawr yn rheoli ein systemau bwyd byd-eang. Mae pŵer y system fwyd yn nwylo nifer fach o fusnesau trawswladol, a hwy sy'n rheoli'r gwaith o gynhyrchu, prosesu, dosbarthu, marchnata a gwerthu'r bwyd. Mae crynhoi'r pŵer hwn yn ei gwneud yn bosibl i fusnesau mawr leihau cystadleuaeth a gorfodi telerau llym ar eu cyflenwyr; mae hyn, yn ei dro, yn gorfodi ansefydlogrwydd economaidd ar ffermwyr a defnyddwyr.

Mae'r mudiad sofraniaeth bwyd wedi deillio o rwystredigaeth a gwrthwynebiad i gorfforaethau bwyd ac amaethyddol mawr. Dechreuodd y mudiad yn y [1990au drwy weithredu gan ffermwyr bach](#) ledled y byd, ac wedyn datblygwyd y cysyniad o sofraniaeth bwyd gan gynghrair o weithredwyr, ffermwyr a gwerinwyr, [La via Campesina](#). Yn y DU, mae La via Campesina yn cael ei gynrychioli gan [Gynghrair y Tirfeddianwyr](#), sy'n aelod o'r gynghrair Eating Better. Yn ei hanfod, mae sofraniaeth bwyd yn fodel yn ogystal â mudiad, ac mae'n un o'r mudiadau rhwngwladol mwyaf yn y byd. Mae'r cysyniad yn seiliedig ar greu system fwyd lle mae'r bobl sy'n cynhyrchu'r bwyd hefyd yn rheoli'r prosesau a'r polisiau sy'n gysylltiedig â'i gynhyrchu, ei ddosbarthu a'i ddefnyddio. Mae hefyd yn hyrwyddo system fwyd lle rhoddir pwyslais ar ofalu am bobl, anifeiliaid, a'r blaned yn hytrach na chynhyrchu elw i gorfforaethau mawr.

Mae'r cysyniad o sofraniaeth bwyd a mabwysiadu dull sy'n seiliedig ar hawliau wedi ennill cefnogaeth ledled Ewrop a'r DU yn ystod y flwyddyn neu ddwy ddiwethaf, gyda'r [People's Food Policy](#) wedi'i greu ar y cyd rhwng Cynghrair y Tirfeddianwyr, [Global Justice Now](#), yr [Ecological Land Co-operative](#), [The Centre for Agroecology](#) a'r [Permaculture Association](#). Mae'r polisi'n ddogfen a phroses sy'n defnyddio egwyddorion sofraniaeth bwyd i helpu i greu polisi bwyd democrataidd yn y cyd-destun lleol a chenedlaethol.





Y gwahaniaeth rhwng cyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd

Mae cysylltiad cryf rhwng sofraniaeth bwyd a chyfiawnder bwyd ac mae ganddynt yr elfennau cyffredin o ddadlau dros bresenoldeb cryf cyfiawnder a thegwch ar bob lefel o'r system fwyd.

Mae cyfiawnder bwyd yn gweithio o fewn y system bresennol i hybu tegwch a chyfiawnder, gan bwysleisio hawliau a llesiant defnyddwyr a gweithwyr, tra bod sofraniaeth bwyd yn mynd ymhellach na mynediad at fwyd gan ymdrechu i ddad-drefedigaethu a thrawsnewid yr holl system fwyd drwy rymuso cymunedau lleol a hyrwyddo hunangynhaliath, gyda phwyslais ar hawliau cynhyrchwyr a chynaliadwyedd amgylcheddol.

Mae cyfiawnder a thegwch hiliol yn elfennau hanfodol o gyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd, gan fod y ddau gysyniad yn cydnabod ac yn rhoi sylw i'r anghydraddoldebau sylfaenol sy'n bodoli yn y system fwyd.

Mae nifer fach o gadwynau archfarchnad yn rheoli mwyafrif y farchnad manwerthu bwyd yn y DU. Mae mwyafrif cyfran y farchnad yn nwylo'r 10 archfarchnad fwyaf. Mae crynhoi'r pŵer fel hyn yn effeithio ar sofraniaeth bwyd mewn sawl ffordd, o reoli'r gadwyn gyflenwi, dominyddu'r farchnad, diogeledd bwyd, y pwysau ar brisiau a brofir gan gyflenwyr, a'r effeithiau ar economïau lleol.



Pam mae cydweithredu'n bwysig

Mae cydweithredu'n hanfodol i'r broses o symud tuag at system fwyd gyfiawn a chynaliadwy. Ni all un corff gyflawni'r genhadaeth gymhleth ac amlhaenog hon. Mae cydweithredu effeithiol yn ymestyn ymhellach na galluoedd unigol ac mae'n gofyn am gydweithio rhwng amrywiaeth o sectorau, rhanddeiliaid, ac ystod o arbenigeddau a phrofiadau bywyd. Drwy ddod at ein gilydd, gallwn fynd i'r afael yn effeithiol â'r llu o heriau i greu system fwyd gynaliadwy a theg.

Mae ymdrechion i gydweithredu'n cynnwys cynghreiriau, partneriaethau, a gweithgorau a all gael eu cydnabod fel endidau cyfreithiol neu weithredu â [chydabyddiaeth gyfreithiol llai ffurfiol](#). Mae gan bob math o gydweithrediad ei ddibenion ei hunan. Gall rhai roi pwyslais ar ymgysylltu â'r rhai sydd â phŵer a dylanwad (fel rhanddeiliaid allweddol a phenderfynwyr) a gallai eraill fod yn awyddus i ymgysylltu â'r cyhoedd, dinasyddion bwyd neu redeg prosiectau'n uniongyrchol ar gyfer cymunedau sy'n cael eu heffeithio. Yn ôl diffiniad Lleoedd Bwyd Cynaliadwy o [Fudiad Bwyd Da](#), mae gan yr holl gyfranogwyr uchod y potensial i weithredu fel cyfryngau ar gyfer newid. Mae'n hanfodol cael cydbwysedd rhwng ymgysylltu â'r sefydliadau sydd â'r pŵer i newid polisiau ac amgylcheddau bwyd ac ymgysylltu â dinasyddion ar yr un pryd.



Yn ôl diffiniad aelod o gynghrair Eating Better, y [Food Ethics Council](#) mae [dinasyddiaeth fwyd](#): “yn dweud wrthym ni, ac eraill, nad ydym yn ddefnyddwyr ar ddiwedd y gadwyn fwyd yn unig, ond ein bod yn gyfranogwyr yn y system fwyd yn ei chyfanrwydd. Mae'n dweud wrthym fod gennym y pŵer nid yn unig i ddewis, ond hefyd i ddylanwadu ar y dewisiadau sydd ar gael. Pan fyddwn yn ystyried ein hunain yn ddinasyddion yn hytrach na defnyddwyr, rydym yn fwy tebygol o gyfranogi, gwirfoddoli a dod ynghyd i gryfhau ein cymdeithas.”



Mae mabwysiadu ymagwedd gyfannol tuag at ymdrechion cydweithredol yn werthfawr dros ben. Mae ymagwedd gyfannol yn cydnabod bod systemau bwyd wedi'u cydblethu â dimensiynau cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol, a diwylliannol, a bod angen rhoi sylw i'r holl agweddau hyn ar yr un pryd i sicrhau newid trawsnewidiol. Mae'r safbwynt hwn yn ganolog i fframweithiau fel sofraniaeth bwyd, cyfiawnder bwyd, ac agroecoleg a pholisïau bwyd integredig (gan ddefnyddio'r [People's Food Policy](#) fel enghraifft) sydd i gyd yn dadlau dros ymagwedd gynhwysfawr at systemau bwyd sy'n cynnwys arferion ffermio cynaliadwy, mynediad teg at adnoddau, a grymuso cymunedau lleol.

Mae newid system yn gyfannol yn golygu nid yn unig rhoi sylw i'r materion brys ond hefyd i achosion sylfaenol anghydraddoldeb, diraddio amgylcheddol, ac anghyfiawnder cymdeithasol o fewn y system fwyd. Mae'n golygu datblygu system fwyd sy'n gydnerth, amrywiol, ac addasadwy, lle rhoddir blaenoriaeth i lesiant pobl, anifeiliaid, a'r blaned. Drwy fabwysiadu dull cyfannol, rydym yn sicrhau nad yw ymdrechion yn cael eu hynysu oddi wrth ei gilydd ond yn cael eu hintegreiddio, gan arwain at effeithiau mwy sylweddol a pharhaol.

Cydweithredu rhwng gwahanol achosion a chymunedau yw'r hyn sy'n creu mudiadau effeithiol. Heb y cydlynid hwn, mae perygl o ymrannu, lle y gall grwpiau ynysig amharu'n anfwriadol ar ymdrechion ei gilydd, wynebu diffyg cydgefnogaeth, cystadlu am adnoddau a chydabyddiaeth, a methu â datblygu grym gyda'i gilydd. Mae gwir drawsnewidiad yn digwydd drwy rym ar y cyd, sy'n cael ei arwain gan weledigaeth gyfannol o'r hyn y dylai system fwyd gyfiawn a chynaliadwy fod.



Astudiaeth Achos 2: Panel Cyfranogiad Ystyrion - Nourish Scotland

Mae ymagwedd Nourish Scotland tuag at ddiffyg diogeledd bwyd wedi'i seilio ar yr hawl dynol i fwyd – dylai pawb gael mynediad urddasol at fwyd sy'n ddigonol, hygrych ac ar gael

Nod y Ddeddf Good Food Nation (GFN) yw gwneud yr Alban yn wlad lle mae pobl o bob cefndir yn ymfalchïo ac yn ymbleseru yn y bwyd y maent yn ei gynhyrchu, ei brynu, ei goginio, ei weini, a'i fwyta bob dydd, ac yn elwa arno. Fel rhan o hyn, mae awdurdodau lleol a byrddau iechyd wedi cael y dasg o baratoi cynlluniau bwyd. Bydd y cynlluniau hyn yn ymdrin â sut y gallwn wireddu uchelgeisiau'r Ddeddf GFN ar lefel leol.

Os ydym am gyflawni'r Ddeddf GFN, rydym yn credu bod yn rhaid iddi gael ei datblygu ar y cyd â phobl. Fodd bynnag, gwyddom y gall fod yn heriol ceisio ymestyn allan a chynnwys pobl mewn ffordd sy'n ystyrion iddynt. Dyna pam rydym wedi penderfynu creu'r [panel Cyfranogiad Ystyrion](#). Mae'r panel hwn yn cynnwys 12 o arbenigwyr ar gyfranogi drwy brofiad. Mae hyn yn golygu bod y panelwyr wedi bod yn rhan o brosesau penderfynu - boed hynny yn eu hysgolion, grwpiau rhieni-athrawon, canolfannau cymunedol, grwpiau gweithredu, cynghorau lleol neu ar lefel genedlaethol, a bod ganddynt syniadau ynghylch sut i wella prosesau cyfranogi. Mae gan y grŵp set amrywiol o brofiadau bywyd gan gynnwys bod yn rhieni unigol, bod yn rhan o'r broses lloches, yn fewnfudwyr ac yn LDTCRh+. Gall cynghorau, byrddau iechyd a sefydliadau eraill sy'n dymuno gweithredu cyfranogiad ystyrion logi'r panel i helpu i ddylunio a chyflawni prosesau penderfynu.

Astudiaeth Achos 2: Argymhellion



Hybu dinasyddiaeth fwyd

- Annog pobl i weld eu hunain nid yn unig fel defnyddwyr ond fel cyfranogwyr gweithredol yn y system fwyd. Bydd hyn yn ei dro'n annog mwy o eiriolaeth ac ymgysylltiad.
 - Creu gofod a phlatfformau ar gyfer addysg a deialog ar systemau bwyd, sofraniaeth bwyd, cyfiawnder bwyd, agroecoleg a rôl dinasyddion bwyd mewn systemau bwyd.

Mabwysiad ymagwedd gyfannol at drawsnewid systemau bwyd

- Rhoi sylw i natur gydgyssylltiedig dimensiynau cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol bwyd yn eich rhaglenni, prosiectau ac ymgyrchoedd.
- Hyrwyddo polisiau bwyd integredig sy'n arwain at gydbwysedd rhwng nodau amgylcheddol a chynaliadwyedd a thegwch a grymuso lleol.



Croestoriadedd: meithrin pŵer ar y cyd

Rydym yn byw mewn cyfnod o heriau byd-eang cynyddol, yn amrywio o newid yn yr hinsawdd i annhegwch bwyd ac iechyd, a chynnydd mewn costau byw—ac mae cysylltiad clos rhyngddynt oll ac maent oll yn effeithio ar ei gilydd. Drwy gydnabod y croestoriadau hyn, gallwn ddatblygu strategaethau cyfannol ac effeithiol sy'n rhoi sylw i achosion sylfaenol yr heriau hyn, ac sy'n hybu datrysiadau cynhwysfawr sydd wedi'u seilio ar ofal am bobl, anifeiliaid, a'r amgylchedd.

Mae croestoriadedd, fframwaith a ddyfeisiwyd gan y damcaniaethwr hil a'r ysgolhaig yn y gyfraith [Kimberlé Crenshaw](#), yn allweddol i ddeall a rhoi sylw i'r rhyng-chwarae cymhleth rhwng gwahanol hunaniaethau cymdeithasol a systemau gormes o fewn mudiadau. Mae'n cydnabod bod gan unigolion sawl hunaniaeth gymdeithasol (fel hil, rhywedd, dosbarth, rhywioldeb, a gallu) sy'n croestorri ac yn ffurfio eu profiadau a'u cyfleoedd. Gall deall yr amryfal hunaniaethau lluosog hyn helpu i egluro'r ffyrdd gwahanol y gall unigolyn brofi gormes a baint ar yr un pryd.

Yng nghyd-destun mudiadau, mae croestoriadedd yn pwysleisio pwysigrwydd cydnabod a rhoi sylw i natur gydgyssylltiedig gwahanol fathau o ormes. Mae'n annog trefnwyr i ddeall sut y mae'r materion hyn yn croestorri ac yn dwysáu i greu profiadau unigryw gwahaniaethu ac ymyleiddio. Drwy dderbyn hyn, gall mudiadau ddeall arweinyddiaeth a syniadau cymunedau sy'n wynebu sawl math o ormes, gan sicrhau eu cynhwysiant a gwneud y mudiadau'n fwy ymatebol i anghenion amrywiol y cymunedau y maent yn gweithio i'w gwasanaethu.

“Nid oes y fath beth â brwydr un mater oherwydd nid ydym yn byw bywydau un mater”

Dyfyriad gan y gweithredwr hawliau cyfartal a'r awdur Audre Lorde sy'n crynhoi ystyr croestoriadedd.



Astudiaeth Achos 3: Grwpiau hunaniaeth *The Landworkers' Alliance*

Mae *The Landworkers' Alliance* yn cefnogi model o newid sydd wedi'i wreiddio mewn trefnu ar lawr gwlad a mudiadau cymdeithasol fel sbardunau trawsnewid cymdeithasol a gwleidyddol. Rydym yn credu mewn dod â phobl ynghyd i feithrin pŵer ar y cyd a all greu datrysiadau ymarferol a gwleidyddol i'r argyfyngau niferus yr ydym bellach yn eu hwynebu. Ond ni fydd hyn yn bosibl tan i chi wella effaith y gwahanol fathau o ormes, gan gynnwys: trefedigaethu, imperialaeth, hiliaeth, patriarchaeth, gwahaniaethu ar sail rhyw, a gwahaniaethu ar sail rhywedd a dosbarth cymdeithasol.

Mae grwpiau hunaniaeth yn rhan o'n hymrwymiad gwleidyddol i gefnogi'r rhai sydd wedi ac yn parhau i gael eu hymyleiddio mewn gwaith tir a bwyd. Mae'n lle i aelodau sy'n profi mathau penodol o ormes neu ymyleiddio ddod ynghyd, i rannu profiadau, datblygu gweithgareddau a gwasanaethau sydd wedi'u haddasu ar gyfer eu hanghenion a meithrin cryfder a phersbectif ar y cyd, ac i fod yn fwy gweladwy o fewn y mudiad. Mae'r grwpiau hunaniaeth presennol fel a ganlyn:

- Out on the Land ([OOTL](#)) – aelodau LHDTCTRhA+
- Racial Equity, Abolition and Liberation ([REAL](#)) – aelodau BPOC
- Food, Land, Agriculture: A Movement for Equality ([FLAME](#)) – aelodau ifanc
- Women and Diverse Genders ([WDG](#))

Astudiaeth Achos 3: Argymhellion



Datblygu fframweithiau croestoriadol mewn gwaith ymgyrchu ac eiriolaeth

- Cydnabod sut y gall gorgyffwrdd lluosog a hunaniaethau lluosog ffurfio profiad unigolyn.
- Sicrhau bod strategaethau mudiadau'n cydnabod realiti cymunedau sydd wedi'u hileiddio a'u hymyleiddio ac yn cael eu llywio ganddynt, a bod y datrysiadau'n adlewyrchu amrywiaeth yr heriau y mae gwahanol gymunedau'n eu hwynebu, ac nid y rhai cryfaf yn unig.

Canoli lleisiau sydd wedi'u hymyleiddio a'u hileiddio

- Rhoi blaenoriaeth i arweinyddiaeth ac arbenigedd unigolion a chymunedau sy'n wynebu mathau croestoriadol o ormes fel BPOC, LHDTCTRhA+, menywod, cymunedau incwm isel a phobl ag anableddau.
 - Creu platfformau ar gyfer grwpiau wedi'u hymyleiddio i rannu eu profiadau, gan sicrhau bod eu lleisiau nid yn unig yn cael eu clywed ond eu bod yn hybu prosesau penderfynu a datblygiad strategaethau.

Rhoi blaenoriaeth i greu mudiadau cynhwysol

- Annog myfyrion ac addasiadau strwythurol i sicrhau cynhwysoldeb a thegwch mewn prosesau penderfynu, arweinyddiaeth a dosbarthu adnoddau o fewn mudiadau.
- Creu cynghreiriau rhwng mudiadau sydd â phwyslais ar wahanol fathau o ormes (e.e., cyfiawnder hiliol, cydraddoldeb rhwng y rhywiau, gweithredu ar yr hinsawdd) i greu cynghrair unedig yn erbyn anghyfiawnderau systemig.
- Annog cydgefnogaeth a rhannu adnoddau rhwng mudiadau i gynyddu pŵer ar y cyd ac i osgoi rhaniadau.

Crynodeb



Gall cymhwyso lens gyfannol, deg a chynhwysol i systemau bwyd agor llwybrau i syniadau, gweledigaethau a datrysiadau newydd. Mae'r enghreifftiau a geir yn yr adnodd yn dangos bod modd creu systemau bwyd cynhwysol ar yr un pryd a chadw at nodau ecolegol a chynaliadwyedd. Mae modd rhoi sylw i faterion amgylcheddol a chynaliadwyedd wrth roi sylw ar yr un pryd i sut y mae prosesau strwythurol pŵer, gormes a braint yn gweithredu. Dyma ffactorau sydd wedi'u hymwreiddio'n ddwfn ym mhob agwedd ar ein bywydau.

Mae heriau yn fwyaf tebygol o godi pan fyddwn yn wynebu canrifoedd o niwed a gormes.

Mae llawer ohonom wedi ymrwymo i waith trawsnewid cymdeithasol er y budd mwyaf. Nid yw'r math hwn o drawsnewid yn waith hawdd. Rhaid wrth ymroddiad, ymrwymiad, adnoddau ac, yn bwysicach na dim, gofal. Nid yw awydd i wneud y system fwyd yn un sy'n seiliedig ar gyfiawnder, urddas a thegwch yn ddigon – mae trawsnewid eich hun oddi mewn yn gam yr un mor bwysig yn y broses. Mae sut yr ydym yn gweld ac yn rhyngweithio â'r byd a sut yr ydym wedi'n cyflyru'n gymdeithasol i fod â rhagfarnau penodol yn effeithio ar ein hymddygiad yn y gwaith, a sut yr ydym yn ffurfio ymgyrchoedd, mentrau a pholisïau ar gyfer newid. Mae angen amser ar gyfer y newid hwn mewn meddylfryd a diwylliant – nid oes cyrchfan derfynol pan ddaw'n fater o degwch – mae'n daith barhaus.

Mae gan gynghreiriau a phartneriaid y potensial i bontio'r bylchau ac i feithrin cysylltiadau a pherthnasoedd, ac i ddod â'r elfennau amrywiol at ei gilydd (yn enwedig y grwpiau nad ydynt fel arfer yn gweithio gyda'i gilydd). Mae'r cydweithredu hwn yn creu gofod i rannu'r hyn a ddysgwyd ac i ddatblygu neu wella strategaethau creadigol, cydweithredol sy'n coleddu cydweledigaeth o gyfiawnder ac sy'n annog newid ecolegol-gymdeithasol.

Yng ngeiriau'r athro a'r gweithiwr cymdeithasol, Wayne Reid:

"Pan fyddwch wedi arfer â braint, mae tegwch yn dechrau teimlo fel gormes."



Argymhellion

Mae'r argymhellion hyn yn deillio o sgysiau ag unigolion yn y system fwyd, gyda phwyslais ar leisiau wedi'u hymyleiddio a'u hileiddio sy'n gweithio yn y sector bwyd cynaliadwy. Fel y nodwyd ar ddechrau'r Adnodd Bwydo Cyfiawnder, ni fwriadwyd i'r rhestr hon fod yn ganllawiau cynhwysfawr ar Gyfiawnder, Tegwch, Amrywiaeth a Chynhwysiant (JEDI) neu ymdrechion gwrth-hiliaeth. Yn hytrach, mae'n fan cychwyn – sy'n cynnig syniadau ac ystyriaethau allweddol i ysbrydoli myfyrion dyfnach a gweithredu. I'r sawl sy'n chwilio am strategaethau a fframweithiau mwy cynhwysfawr, rydym wedi cynnwys rhestr yn yr Adnoddau sy'n dangos llwybrau manwl ar gyfer newid ystyrlon.

1. Rhoi lle canolog i degwch, cyfiawnder, a gwrth-hiliaeth

Herio braint gymdeithasol mewn mudiadau bwyd: Chwalu rhwystrau systemig a sicrhau bod lleisiau sydd wedi'u hymyleiddio'n cael blaenoriaeth mewn rolau penderfynu ac arweinyddiaeth.

Dysgu parhaus: Mabwysiadu addysg, myfyrion ac atebolrwydd parhaus i roi sylw i annhegwch strwythurol mewn mudiadau a systemau bwyd.

- Trefnu hyfforddiant gorfodol a pharhaus i staff a grwpiau trefnu gan sicrhau addysg ac atebolrwydd ar y materion hyn.

Datblygu arferion gwrth-hiliaeth mewn gwaith systemau bwyd: Rhoi blaenoriaeth i ymdrechion o ran amrywiaeth, tegwch, cynhwysiant a gwrth-hiliaeth, gan fynd ymhellach nag amrywiaeth docenistaidd a chyflawni cynhwysiant a thegwch ystyrlon.

- Cymhwyso lens amrywiaeth, tegwch, cynhwysiant a gwrth-hiliaeth i brosiectau ac ymgyrchoedd allanol
- Ffurio partneriaethau a chydweithredu â sefydliadau cyfiawnder bwyd neu hiliol i gyd-greu mentrau sy'n hybu cyfiawnder cymdeithasol mewn systemau bwyd.





2. Meithrin arweinyddiaeth a chynrychiolaeth gynhwysol

Rhoi lle canolog i leisiau sydd wedi'u hymyleiddio a'u hileiddio: Grymuso cymunedau sydd wedi'u tangynrychioli (BPOC, LHDTCRhA+, menywod, grwpiau ar incymau isel) i arwain a helpu i ffurfio dyfodol systemau bwyd.

- Creu byrddau cynghori neu bwyllgorau sy'n cynnwys cynrychiolwyr o grwpiau cymunedau wedi'u hymyleiddio a'u hileiddio i helpu'n uniongyrchol i ffurfio polisi bwyd a strategaethau sefydliadol.
- Wrth gydweithredu a chyd-greu prosiectau, dylid sicrhau bod y broses gyd-greu yn un deg ac nad yw'n echdynnol. Gofynnwch gwestiynau fel hyn yn barhaus: a yw'r fenter neu'r weithred hon yn gydfuddiannol? Beth yw'r gwerth y mae grwpiau cymunedol yn ei gael o'r cydweithredu hwn?

Creu llwybrau at arweinyddiaeth: Hyrwyddo mentora, hyfforddiant a recriwtio cynhwysol i ddatblygu cyfleoedd arwain i grwpiau sydd wedi'u hallgáu'n hanesyddol.

Rhannu Pŵer: Dosbarthu'r awdurdod i wneud penderfyniadau'n deg ar draws pob lefel o'r system fwyd i sicrhau cyfranogiad amrywiol.

3. Symud at newid strwythurol a dinasyddiaeth fwyd

Symud y pwyslais o newid unigol i newid strwythurol: Rhoi sylw i achosion sylfaenol anghydraddoldeb o fewn systemau bwyd, gan symud y tu hwnt i naratifau cyfrifoldeb personol i newid strwythurol.

Hybu dinasyddiaeth fwyd: Annog pobl i weld eu hunain fel cyfranogwyr gweithredol yn y system fwyd, annog mwy o eiriolaeth ac ymgysylltu ar faterion bwyd systemig.

- trefnu fforymau cymunedol lle mae unigolion yn dysgu am gyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd a'r rôl y maent yn ei chwarae mewn ffurfio eu systemau bwyd lleol

Mabwysiadu dull cyfannol: Ymgorffori dimensiynau cymdeithasol, economaidd, amgylcheddol a diwylliannol mewn polisiâu a mudiadau bwyd i gael systemau mwy cynaliadwy a theg.



4. Hybu croestoriadedd a chynwysoldeb

Datblygu fframweithiau croestoriadol mewn gwaith eirioli: Cydnabod yr heriau amrywiol y mae gwahanol gymunedau'n eu hwynebu sy'n seiliedig ar hunaniaethau a phrofiadau sy'n gorgyffwrdd, fel hil, rhywedd, a dosbarth.

Rhoi blaenoriaeth i greu mudiadau cynhwysol: Ffurio cynghreiriau ar draws mudiadau (cyfiawnder hiliol, cydraddoldeb rhwng y rhywiau, gweithredu ar yr hinsawdd) i sicrhau bod ymgyrchoedd yn gynhwysol, teg, a myfyriol mewn perthynas â brwydrau amrywiol.

5. Sicrhau atebolrwydd a myfyrio parhaus

Hybu myfyrio ac atebolrwydd parhaus: Meithrin atebolrwydd mewnol ac allanol mewn mudiadau a sefydliadau, gan sicrhau bod ymdrechion JEDI yn ystyrllon a pharhaus.

- Cynnal gwerthusiadau rheolaidd o nodau JEDI gydag arbenigwyr allanol a chynnwys cymunedau wedi'u hymyleiddio wrth asesu effaith rhaglenni.

Sicrhau atebolrwydd: Y tu hwnt i ddatganiadau cyhoeddus, gweithredu camau gweladwy a datblygu strategaethau Amrywiaeth, Tegwch, Cynhwysiant a gwrth-hiliaeth hirdymor.

- Mewn ysbryd o dryloywder, cyhoeddi adroddiadau cynnydd ar DEI a gwrth-hiliaeth â'r sefydliad, gyda matricesau sy'n dangos gwelliannau a meysydd twf.

Cydsefyll: Cefnogi a chydsefyll â chymunedau wedi'u hymyleiddio yn eu brwydrau, gan symud y tu hwnt i gynghreiriau i greu undod dyfnach sy'n ymdrechu i ddatgymalu gormes yn y system fwyd.

- Ailgyfeirio cronfeydd i helpu prosiectau bwyd a chyfiawnder hiliol sy'n cael eu harwain gan gymunedau, gan gynnwys cymunedau wedi'u hymyleiddio, i gynllunio ymgyrchoedd a rhannu adnoddau ar draws mudiadau
- cynnal digwyddiadau ar y cyd, creu platfformau ar gyfer grwpiau wedi'u hymyleiddio i arwain trafodaethau ar newid systemau bwyd

Geirfa

Mae llawer o dermau sydd y tu allan i'r cylch gorchwyl Cyfiawnder, Tegwch, Amrywiaeth a Chynhwysiant (JEDI) na fydd o reidrwydd yn gwbl ddealladwy nac yn gyfarwydd i rai pobl. Mae hwn yn gyflwyniad byr i rai o'r prif dermau y gallwch ddod ar eu traws wrth ymdrin â'r pwnc hwn. Nid yw hon yn rhestr gyflawn ac nid yw'n ymdrin ag iaith DEI yn ei chyfanrwydd.

Mae hon yn iaith sy'n esblygu'n barhaus ac yn newid gydag amser. Er hynny, mae'n bwysig ceisio deall y termau hyn a beth yw'r ffordd orau i'w defnyddio. Gall cyfarwyddo â gwahanol dermau helpu i fagu hyder, yn unigol ac ar y cyd.

Mae **cyfiawnder hiliol** yn cyfleu dyfodol lle y mae strwythurau hierarchaidd hiliol yn peidio â bod. Mae'n rhagweld cymdeithas lle y mae unigolion o bob cefndir yn meddu ar yr un urddas, adnoddau, pŵer a gallu i ffynnu i wireddu eu llawn botensial.

Mae **tegwch hiliol** yn broses feddylgar a pharhaus sy'n dileu gwahaniaethau hiliol i sicrhau canlyniadau teg i bob unigolyn. Mae'n golygu mynd ati i ailffurfio gwleidyddiaeth, gweithdrefnau, systemau a strwythurau i roi blaenoriaeth i welliannau mesuradwy i fywydau pobl o liw a chymunedau eraill a ymleiddiwyd.

Y gwahaniaeth rhwng cyfiawnder hiliol a thegwch hiliol: Mae tegwch hiliol yn cyfeirio at gynnydd tuag at y ddelfryd a'r weledigaeth o gyfiawnder hiliol. Mae'n anelu at feincnodau a chanlyniadau gweladwy sy'n nodi cynnydd ar y llwybr i gyflawni cymdeithas sy'n gyfiawn o safbwynt hil. Er yn hanfodol, nid yw tegwch hiliol ynddo'i hun yn ddigon i gyflawni cyfiawnder hiliol.

Tegwch: Darperir adnoddau a chyfleoedd sydd wedi'u teilwra i anghenion penodol unigolion i gyflawni canlyniadau teg. Mae'n cydnabod bod amgylchiadau pawb yn wahanol ac mae'n dyrannu'r union adnoddau a chyfleoedd sydd eu hangen i gyflawni canlyniad cyfartal.

Cydraddoldeb: Mae hyn yn golygu trin pawb yr un fath drwy ddarparu'r un adnoddau a chyfleoedd waeth beth yw eu hamgylchiadau unigol. Mae'n tybio bod pawb yn cychwyn o'r un fan a bod angen yr un help ar bawb.

Y gwahaniaeth rhwng tegwch a chydraddoldeb: Mae cydraddoldeb yn rhoi pwyslais ar ddosbarthu unffurf, tra bod tegwch yn rhoi pwyslais ar ddosbarthu teg sydd wedi'i seilio ar anghenion unigol. Mae tegwch yn anelu at gael chwarae teg drwy roi sylw i wahaniaethau penodol, ac mae cydraddoldeb yn tybio bod pawb yn elwa yn yr un modd ar yr un cymorth.

Amrywiaeth: Bodolaeth gwahaniaethau mewn lleoliad penodedig, sy'n cynnwys hil, rhywedd, oedran, cyfeiriadedd rhywiol, anabledd a phriodoleddau eraill. Mae amrywiaeth yn fesur meintiol o gynrychiolaeth.

Cynhwysiant: Creu amgylchedd lle mae unigolion amrywiol yn teimlo eu bod yn cael eu croesawu, eu parchu, a'u gwerthfawrogi, gan sicrhau eu bod yn gallu cyfranogi a chyfrannu'n llawn.

Y gwahaniaeth rhwng amrywiaeth a chynhwysiant: Mae amrywiaeth yn golygu'r gymysgedd o bobl, tra bod cynhwysiant yn golygu gwneud i'r gymysgedd honno weithio drwy greu amgylchedd lle y mae pawb yn teimlo eu bod perthyn ac yn gallu ffynnu.

Mae **cyfiawnder bwyd** yn fudiad cymdeithasol ac yn gyfres o egwyddorion sy'n cymhwyso persbectif strwythurol a chyfannol i'r system fwyd sy'n tybio bod mynediad at fwydydd iach, maethlon, a phriodol yn ddiwylliannol yn hawl dynol.

Diffinnir **sofraniaeth bwyd** gan La Via Campesina fel "hawl pobl i fwyd iach a phriodol yn ddiwylliannol a gynhyrchwyd drwy ddulliau sy'n ecolegol gadarn a chynaliadwy, a'u hawl i ddiffinio eu systemau bwyd ac amaethyddiaeth eu hunain."

Y gwahaniaeth rhwng cyfiawnder bwyd a sofraniaeth bwyd: Er bod cyfiawnder bwyd yn ceisio sicrhau tegwch o fewn y strwythurau presennol, mae sofraniaeth bwyd yn galw am drawsnewid y strwythurau hynny i rymuso cymunedau a blaenoriaethu anghenion lleol.

Mae **tocenistiaeth** yn digwydd pan fydd sefydliad yn cynnwys aelodau o grwpiau sy'n cael eu tangynrychioli a hynny'n bennaf i roi'r argraff o amrywiaeth, heb werthfawrogi eu lleisiau o ddifrif na rhoi sylw i annhegwch strwythurol.

Gweithredoedd **perfformiadol** mewn JEDI (Cyfiawnder, Cydraddoldeb, Amrywiaeth a Chynhwysiant) yw'r rhai hynny sy'n cael eu gwneud o ran sioe, i wneud i'r sefydliad edrych fel pe bai'n cefnogi JEDI, yn hytrach na gwneud newid gwirioneddol, cynaliadwy. Mae'r gweithredoedd hyn yn rhai arwynebol yn aml, heb weithredu pellach.

Mae **gwrth-hiliaeth** yn gamau gweithredu, strategaethau, ac arferion sy'n helpu i herio anghydraddoldebau, hiliaeth a gwahaniaethu sy'n seiliedig ar hil.

Mae **gwrth-ormes** yn fframwaith sy'n ymdrechu i leihau gormes drwy gydnabod a herio dynameg pŵer wrth rymuso a rhyddhau'r rhai sy'n profi gormes.

Mae **ymyleiddio** yn cyfeirio at grwpiau o bobl sy'n cael eu gwahardd neu eu gormesu'n systematig o ganlyniad i agweddau ar eu hunaniaeth fel hil, cyfeiriadedd rhywiol, hunaniaeth rhywedd, crefydd, anabledd, neu statws economaidd-gymdeithasol. Mae'r grwpiau hyn yn aml yn wynebu rhwystrau rhag cyfranogiad cyfartal mewn bywyd cymdeithasol, economaidd a gwleidyddol.

Mae **hileiddio'n** cyfeirio at y broses lle y mae grwpiau penodol o bobl yn cael eu categoreiddio neu eu trin yn wahanol yn seiliedig ar nodweddion hiliol tybiedig. Mae'n dangos bod hil yn gysyniad cymdeithasol, sy'n aml yn cael ei orfodi gan grwpiau sydd â goruchafiaeth, yn hytrach na ffaith fiolegol.

Mae **mwyafrif byd-eang** yn derm sy'n cael ei ddefnyddio i ddisgrifio pobl sy'n perthyn i grwpiau ethnig nad ydynt yn wyn, sy'n cynrychioli mwyafrif poblogaeth y byd. Mae'r term hwn yn wahanol i rai fel "lleiafrif" neu "lleiafrif wedi'i hileiddio", sy'n fwy cyffredin mewn cyd-destunau Gorllewinol ond nad yw'n adlewyrchu demograffeg fyd-eang.

Mae **BPOC** yn acronym cynhwysol sy'n sefyll am Du a Phobl o Liw.

Mae **BIPOC** yn acronym sy'n sefyll am Du, Brodorol a Phobl o Liw. Mae'r term hwn yn fwy cyffredinol yn yr UDA a Chanada am ei fod yn cynnwys pobl frodorol a gafodd eu gwladychu yn yr UDA.

Cydnabyddiaeth

Diolch i bawb a gyfrannodd at yr adnodd hwn:

Idman Abdurahaman - Eating Better

Charlotte Jones - Eating Better

Andrew Stark - Eating Better

Sarah Wakefield - Eating Better

Myrtle Gregory - Eating Better

Myrto Williams - Eating Better

Shaleen Meelu - Eating Better (ymddiriedolwr)

Sareta Puri - Sustain

Ben Messer - Food Matters a Sustainable Food Places

Camille El-Maawiy - The Landworkers' Alliance

Diana Carolina Garduño Jiménez - Nourish Scotland

Diolch o galon i Eliott Bulpett am y gwaith darlunio hyfryd. Mae Eliott yn ddarlunydd o dde Lloegr sy'n gwirioni ar liw a chreu gwaith celf llawn hwyl a llawenydd.

