Trussell
Ending hunger together

Cefnogwch eich banc bwyd lleol eleni

Gweithredwch ar dlodi bwyd a chyfiawnder yn eich cymuned leol

Angen ysbrydoliaeth? Dyma rai syniadau am ffyrdd y gall eich eglwys chi gymryd rhan drwy gydol y flwyddyn. Dewiswch rai gweithgareddau, a gadewch i'ch banc bwyd wybod beth rydych chi'n ei gynllunio.

Ysbrydolir syniadau gan yr alwad yn Micha 6:8 i:

- Gwneud beth sy'n iawn
- Caru teyrngarwch
- Rhodio'n ostyngedig

Rydym hefyd wedi tynnu sylw at y misoedd lle mae angen eich cefnogaeth arnom yn arbennig, a'r amseroedd pan mae banciau bwyd yn dueddol o gael llai o roddion.

I gael gafael ar adnoddau, ewch i **trussell.org.uk/churches/resources** neu e-bostiwch ni yn **churches@trussell.org.uk**

Rydyn ni yma i'ch helpu chi ar bob cam o'r ffordd.

Trussell yw enw gweithredu The Trussell Trust, elusen gofrestredig yng Nghymru a Lloegr (1110522) a'r Alban (SC044246). Cwmni Cyfyngedig Cofrestredig yng Nghymru a Lloegr (5434524).

Ionawr — Gwneud beth sy'n iawn

Codwch ymwybyddiaeth o'r ymgyrch *Gwarantu ein Hanfodion* yn eich eglwys, ac anogwch bobl i gymryd camau diweddaraf yr ymgyrch.

Chwefror

Anogwch grwpiau cartref yn eich eglwys i ddefnyddio cyfres astudio'r Beibl *A Shared Journey* y Grawys hwn i archwilio themâu cyfiawnder a thosturi o safbwynt pobl sydd â phrofiad bywyd o galedi.

Mawrth

Defnyddiwch ein Canllaw Gweddïo i'ch helpu i drefnu digwyddiad gweddi yn eich eglwys i weddïo am ddiwedd i'r angen am fanciau bwyd yn eich cymuned leol.

Ebrill — Caru teyrngarwch

Trefnwch Gasgliad Pasg ar gyfer eich banc bwyd. Gofynnwch iddyn nhw pa eitemau sydd eu hangen arnyn nhw fwyaf ac anogwch gymuned eich eglwys i roi'r rhain.

Mai — Gwneud beth sy'n iawn

Oes etholiadau yn eich ardal chi yr haf hwn? Beth am wahodd ymgeiswyr am bryd o fwyd neu gyfarfod gweddi er mwyn rhoi cyfle i bobl ddod i'w hadnabod? Cymerwch gipolwg ar ein syniadau ar gyfer dechrau sgyrsiau ar-lein.

Mehefin — Caru teyrngarwch

Defnyddiwch y Pentecost, a'r cyfeiriad at y ffaith bod yr eglwys gynnar yn rhannu popeth yn gyffredin yn Actau 2, i annog rhodd haf i'r banc bwyd. Os nad oes gennych chi bwynt casglu bwyd rheolaidd yn barod, beth am drefnu un?

Gorffennaf — Rhodio'n ostyngedig

Beth am gynnal barbeciw haf neu un o'ch boreau coffi rheolaidd ar y thema urddas? Cymerwch gipolwg ar ein hadnodd *Walk Humbly* i gael syniadau am sut i ofyn cwestiynau gyda'ch gilydd am bwy sydd wrth eich bwrdd.

Awst — Gwneud beth sy'n iawn

Defnyddiwch adnoddau ein hymgyrch *Gwarantu ein Hanfodion* i annog eich eglwys i ysgrifennu at gynrychiolwyr gwleidyddol lleol i ofyn iddyn nhw sicrhau bod pawb yn eich cymuned leol yn gallu fforddio'r hanfodion sydd eu hangen ar bob un ohonon ni.

Medi — Caru teyrngarwch

Cynnal digwyddiad Cynhaeaf gan ddefnyddio ein hadnodd *Tablau Trussell*, sy'n llawn syniadau am sut allwch chi helpu i ennyn diddordeb pobl mewn materion mynd heb fwyd a thlodi o'r newydd adeg y Cynhaeaf.

Hydref

Anogwch y grwpiau cartref yn eich eglwys i ddefnyddio ein cyfres astudio'r Beibl, *Values*, dros yr hydref i archwilio gwerthoedd Beiblaidd tosturi, cyfiawnder, urddas a chymuned.

Tachwedd — Caru teyrngarwch

Defnyddiwch ein *Calendr Adfent i'r Gwrthwyneb* i annog unigolion a grwpiau yn eich eglwys i gasglu'r eitemau y bydd eu hangen fwyaf ar fanciau bwyd y Nadolig hwn. Ewch â nhw i'r banc bwyd yn ystod wythnos gyntaf mis Rhagfyr.

Rhagfyr — Rhodio'n ostyngedig

Defnyddiwch ein *Pecyn Gwasanaeth Carolau* i drefnu digwyddiad i dynnu sylw at anghenion lleol a'r hyn y gallwch chi ei wneud amdanyn nhw. Gall y pecynnau hyn daflu goleuni ar adeiladu cymuned yn eich ardal.