EICH RHESTR WIRIO O DDYDD I DDYDD

GADEWCH I NI LEIHAU EIN HEFFAITH

Drwy leihau faint o garbon rydym yn ei gynhyrchu, gallwn helpu i arafu effeithiau newid hinsawdd.

Chi sy'n cymryd y camau cyntaf – mae angen gweithredu ar raddfa fyd-eang i gael atebion go iawn, ond mae dewisiadau y gallwch chi eu gwneud yn eich gwaith a'ch bywyd bob dydd i leihau eich effaith ar yr amgylchedd.

- Bod yn ymwybodol o'r hinsawdd – dechrau'n fach, meddwl yn fawr.
- Dyma restr wirio i'ch helpu i ddechrau:

EICH RHESTR WIRIO O DDYDD I DDYDD

DEFNYDDIO YNNI'N EFFEITHLON A BOD YN DDOETH Â CHYFARPAR

- ☐ Allwch chi ddefnyddio ynni adnewyddadwy yn eich cartref – cael cyflenwr ynni gwyrdd?
- ☐ Gofynnwch am fesurydd clyfar i gadw llygad ar eich defnydd o ynni – byddwch yn gweld yn fuan iawn lle gallech ddefnyddio llai
- ☐ Trowch eich gwresogydd dŵr i lawr a throwch eich thermostatau i 20°C neu lai
- ☐ Golchwch eich dillad mewn dŵr oer
- ☐ Atgyweiriwch, ailgylchwch ac edrychwch ar ôl eich cyfarpar electronig a'ch dyfeisiau

TA'N DDA, BWYTA'N DDOETH

- ☐ Prynwch eich bwyd mewn sypiau mawr os oes modd, gan ailddefnyddio eich bagiau eich hun
- ☐ Bwytewch lai o gig a chynnyrch llaeth: ceisiwch gael 2 ddiwrnod heb gig bob wythnos
- ☐ Peidiwch â gwastraffu – edrychwch beth sydd yn eich oergell a'ch cypyrddau cyn mynd i brynu bwyd
- ☐ Compostiwch pryd bynnag a lle bynnag y gallwch

AILDDEFNYDDIO, TRWSIO AC AILGYLCHU

- ☐ Edrychwch ar ôl eich offer dringo a cherdded i wneud yn siŵr eu bod yn para
- ☐ Ailgylchwch gymaint ag sy'n bosibl
- ☐ Peidiwch â phrynu cynnyrch sydd â llawer o ddeunydd pecynnu
- ☐ Ceisiwch ymestyn oes eich dillad, gofalu amdanynt ac ailwisgo beth sydd gennych yn barod

TEITHIO GWYRDD

- ☐ Gweithiwch gartref pan fydd modd
- ☐ Gyrrwch lai. Cerddwch, defnyddiwch gludiant cyhoeddus, rhannwch geir neu ewch ar y beic pan fydd modd **liftshare.com/uk/community/bmc**
- ☐ Gofalwch am eich car. Gall gwneud yn siŵr bod digon o wynt yn eich teiars eich helpu i ddefnyddio tanwydd yn fwy effeithlon
- ☐ Peidiwch â hedfan os nad oes rhaid: Cynlluniwch ar gyfer un daith fawr y flwyddyn ar drên ac nid mewn awyren

PETHAU ERAILL Y GALLECH FEDDWL AMDAYNT

- ☐ Newidiwch i bensiwn gwyrdd a banc moesegol
- ☐ Ystyriwch gefnogi prosiect hinsawdd ystyrlon (neu gynllun gwrthbwyso) sy'n adfer cynefinoedd bioamrywiol. **www.theclimateproject.co.uk**

12/2021