Annwyl Gynghorydd (Enw’r Cynghorydd)

Rwy’n ysgrifennu i ofyn (Enw’r Cyngor) i gefnogi ymgyrch [*Catering fôr Everyone*](https://www.vegansociety.com/take-action/campaigns/catering-everyone/challenge-your-council) *y Gymdeithas Fegan.* Mae gan fwyd fegan fuddion a all gael eu mwynhau gan bawb a hoffwn weld bwyd fegan da yn cael ei gynnig ar draws y sector gyhoeddus yn (Enw’r Cyngor).

Mae feganiaeth yn ffordd o fyw sy’n ceisio eithrio, cyn belled â phosib ac ymarferol, pob ffordd o ecsbloetio a dangos creulondeb tuag at anifeiliaid, am fwyd, dillad neu unrhyw bwrpas arall.

**Cynhwysol**

Mae feganiaeth wedi ei ganfod i ddod o dan gwmpas darpariaeth hawliau dynol rhyngwladol ac mae gan feganiaid y DU ddiogelwch o dan gyfreithiau dynol a chydraddoldeb. Golyga hyn bod gan ddarparwyr gwasanaeth rhwymedigaeth i sicrhau nad ydynt yn ymyrryd ar hawliau’r fegan i ryddid cydwybod, a chyfrifoldeb o dan Deddf Cydraddoldeb 2010 i osgoi anffafriaeth ar sail feganiaeth.

Mae’r cydraddoldeb hwn yn ymestyn i’n darpariaeth o fwyd addas, ac mi hoffem ni weld prydiau fegan addas, maethol a blasus ar fwydlenni dyddiol ein sefydliadau o fewn y sector gyhoeddus - gan ddechrau gydag ysbytai ac ysgolion. Mi all newidiadau i’r fwydlen fod yn heriol a chostus i ddechrau, ond mi allwn ni gynnig digon o gefnogaeth.

**Cynaliadwy**

Nid mater o ddiogelu hawliau feganiaid yw hyn yn unig. Mi all bwyd fegan gael ei fwynhau gan feganiaid a phobl nad ydynt yn feganiaid hefyd. Mi fydd cynyddu’r ddarpariaeth o fwyd fegan yn eich ardal chi yn gymorth i fentrau amgylcheddol. Mi all diet da feganaidd arwain at ostyngiad o 50% yn eich gollyngiad carbon personol. Os ydych yn ymddiddori mewn buddion amgylcheddol feganiaeth, efallai mi fyddech chi neu’r Cyngor i gyd yn dewis ceisio’r her y gymdeithas fegan **“**[**Plate up for the Planet**](https://www.vegansociety.com/get-involved/campaigns/plate-planet/recipes/dinner/thai-green-curry)**”** am saith diwrnod.

**Iachus**

Mae’r British Dietetic Association a`r American Academy of Nutrition and Dietrics yn cydnabod bod diet sy’n seiliedig ar blanhigion yn unig yn addas i bob oed ac oes.

Mae’n hawdd creu opsiynau sy’n flasus, sy’n uchel mewn ffibr ac isel mewn braster dirlawn, darparu amrywiaeth o ffrwyth a llysiau, ac eithrio cig wedi’i brosesu, sydd yng ngolwg y World Health Organisation yn achos o ganser. Yn ychwanegol, mae peth ymchwil wedi cysylltu diet fegan gyda phwysedd gwaed a cholesterol is, ynghyd â graddau is o glefyd y galon, diabetes o deip 2, ac ambell fath o ganser.

Mi all y Gymdeithas Fegan helpu timau arlwyo lleol i sefydlu cynlluniau prydau fegan. Mae gennym ddietegydd mewnol a all helpu gyda phrydau cytbwys ac i ateb unrhyw gwestiynau a fydd gan y darparwyr arlwyo. Hefyd, mae gennym adnoddau ar gyfer y defnyddwyr gwasanaeth a darparwyr y gwasanaeth ar draws y sector gyhoeddus ar y tudalennau gwefan [hyn](https://www.vegansociety.com/take-action/campaigns/catering-everyone).

Rwy’n ysgrifennu atoch i ofyn i chi i gefnogi’r ymgyrch “Catering for Everyone” trwy wneud y canlynol:

* Arwain trwy ddangos esiampl a chynnig pryd fegan yn ffreutur y Cyngor yn feunyddiol. Fel man cychwyn, mi allent geisio her saith diwrnod ”[Plate Up for the Planet](https://www.vegansociety.com/get-involved/campaigns/plate-planet/recipes/dinner/thai-green-curry)” y Gymdeithas Fegan.
* Defnyddio eu dylanwad ar sefydliadau o fewn y sector gyhoeddus i annog gwell darpariaeth o fwyd fegan. Mi all hyn fod trwy’r broses caffaeliad cyhoeddus mewn ysgolion lleol, neu gydweithrediad gyda’r bwrdd iechyd.
* Ystyried dod â chynnig i wneud y Cyngor yn gefnogwr o fwyd fegan ar draws y gwasanaethau cyhoeddus.

A wnewch chi gefnogi’r ymgyrch hon er lles y blaned, ein hiechyd cyhoeddus a’n hanifeiliaid? Rwy’n edrych ymlaen at glywed eich barn.

Yn gywir,

(Enw’r anfonwr)