Sustainable Development Commission

Healthy Futures

Progress in Practice

Siopau Ffrwythau Ysgolion yn Abertawe

Mae Tîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe yn rhoi cymorth i ysgolion cynradd lleol i sefydlu siopau ffrwythau i hyrwyddo bwyta'n iach a sefydlu cysylltiadau â chyflenwyr a thyfwyr lleol, ac mae'n cysylltu ag elfennau bwyta'n iach a datblygu cynaliadwy'r cwricwlwm ysgol.

Crynodeb

Cydlynir y fenter siopau ffrwythau ysgolion gan Dîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe a'r nod yw helpu ysgolion cynradd yn Abertawe i amnewid bwyd traddodiadol am ffrwythau a llysiau ffres. Hyrwyddir a chefnogir y siop ffrwythau gan Dîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe ac Adran Iechyd y Geg Ymddiriedolaeth GIG Abertawe fel cyfle arloesol i gynyddu hygyrchedd ac argaeledd ffrwythau a llysiau.

Yn lleol, mae nifer o ysgolion wedi datblygu siop ffrwythau i helpu i sefydlu arferion bwyta'n iach ac atgyfnerthu negeseuon bwyta'n iach yn y cwricwlwm. Mae ysgolion sy'n cymryd rhan yn y fenter yn datblygu ymagwedd sy'n addas i'w hanghenion a chânt eu hannog i ddefnyddio cynnyrch lleol a thymhorol er mwyn datblygu cysylltiadau rhwng yr ysgol, cyflenwyr lleol a thyfwyr. Mae'r siopau ffrwythau yn helpu i amlygu materion cynaliadwyedd i blant, megis milltiroedd bwyd a'r fenter Eco-Ysgol, sy'n caniatáu iddynt ddatblygu ymagwedd gadarnhaol tuag at fwyd a datblygu cynaliadwy.

Pwyntiau Dysgu Allweddol:

1) Mae hybu diddordeb plant mewn bwyta'n iach ac addysg bwyd yn gynnar yn eu bywydau yn eu helpu i ddeall manteision ffordd o fyw iach, a sefydlu'r ffordd o fyw honno.

2) Mae rhieni yn cael budd hefyd, gan fod plant yn mynd â negeseuon bwyta'n iach adref ac maent yn barod i fwyta ffrwythau a llysiau.

3) Mae annog disgyblion i redeg eu siop ffrwythau ysgol eu hunain yn helpu i ddatblygu sgiliau ymarferol a chymdeithasol a gall wella hunan-barch.

Ysgol Gynradd Pontybrenin, Gorseinon, Abertawe

Mae'r ysgol wedi sefydlu siop ffrwythau fel rhan o fenter Tîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe, gyda'r nod o annog bwyta'n iach a gofalu am ddannedd. Caiff y siop ei rhedeg yn gyfan gwbl gan dîm o ddisgyblion Blwyddyn 6, sy'n addysgu cyfres newydd o sgiliau gwaith a gwerthoedd timau defnyddiol iddynt, yn ogystal â negeseuon bwyd iach.
Gwahoddwyd yr ysgol i sesiwn wybodaeth siopau ffrwythau yn 2002 er mwyn rhannu eu llwyddiant ag eraill sy'n gobeithio sefydlu siopau ffrwythau mewn ysgolion.

"Credaf fod y siop ffrwythau yn syniad da iawn gan ei bod yn gwneud plant yn iachach ac yn annog plant i beidio â bwyta cymaint o fwyd afiach."

Disgybl yn Ysgol Gynradd Pontybrenin

Cysylltiadau a'r sefydliadau sy'n cymryd rhan:
Tîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe http://www.nphs.nhs.uk; Ysgol Gynradd Pontybrenin http://www.pontybreninschool.co.uk

Cyswllt:

Claire Thompson, Tîm Iechyd Cyhoeddus Abertawe, Ffôn 01792 784838, Claire.Thompson@nphs.wales.nhs.uk
Gaynor Thomas, Adran Hybu Iechyd y Geg, Ymddiriedolaeth GIG Abertawe, Ffôn 01792 645882