

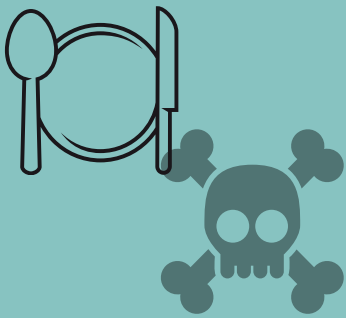
Fwytadwy

neu'n Farwol



**Cyfoeth
Naturiol
Cymru
Natural
Resources
Wales**

Mae Cyfoeth Naturiol Cymru (NRW) wedi creu gem arloesol i ddangos i'r rhai sy'n cymryd rhan beth sy'n fwytadwy pan rydych yn chwilio am fwyd gwyllt, ar hyn sydd ddim.



Nod

Dangos pwysigrwydd beth sy'n ddiogel i fwyta a beth ddylid eu gadael i'r unigolion sy'n cymryd rhan

Ar y diwedd

Dylid esbonio y gall y bwyd sydd ar gael mewn coetiroedd neu berthi fod ar draul ein hiechyd os bwytw'n y peth anghywir.

Sut i chwarae

- Mae yna dwy set o chwe gardiau - set A a B
- Mae un person yn sefyll ar un ochr gyda set A, tra bod person arall yn sefyll ar wahân gyda set B.
- Gwahoddwch unigolion i sefyll rhwng y rhain sy'n dal y cardiau.
- Eglurwch mai bwriad y gêm yw goroesi "bwyta" y madarch amrywiol drwy ddewis pa un ym mha rownd y maen nhw'n meddwl gallai fod yn fwytadwy.
- Daliwch y cardiau sydd wedi'u marcio 1A a 1B i fyny fel eu bod yn cael eu gweld yn glir, a darllenwch y disgrifiad. Gofynnwch i'r rhain sy'n chwarae i sefyll wrth ochr y madarch maen nhw'n meddwl y medrant ei fwyta.
- Bydd y rhai sydd wedi dyfalu'n gywir yn medru aros yn y gêm; tra bod y rhai a ddyfalodd yn anghywir allan (yn marw) a dylid aros i'r ochr.
- Mae yna chwech rownd, ac er nad ydyw rhai mathau o'r madarch yn medru eich lladd, gallant eich gwneud yn wirioneddol sâl.

FFEDERASIWN CLYBIAU FFERMWYR IFANC CYMRU

Canolfan CFFI, Llanelwedd, Builth Wells, LD2 3NJ
01982 553502 information@yfc-wales.org.uk www.yfc.wales





neu'n Farwol



1A - Amanita'r Gwybed

Dyma'r darlun sydd gennym wrth feddwl am fadarch gwenwynig mewn straeon tylwyth teg.



1B - Cloronen y moch

Mae'r madarch hyn sy'n cael eu hystyried yn ddanteithfwyd mewn gwledydd fel Ffrainc yn gallu gwerthu am brisiau cymaint â £750 y cilogram.



2A - Amanita Wridog

Bwytadwy ar ôl eu coginio.



2B - Amanita Panther

Madarch prin sy'n tyfu yn Ne Affrica ac Ewrop hyd at Asia. Maent yn cael effaith ar yr ymennydd ac yn atal rhai negeseuon rhag cael eu hanfon.



3A - Madarch Morel Ffug

Ni chânt ddim effaith bron ar rai pobl ar ôl eu coginio ond gallant ladd pobl eraill. Mae pobl y Ffindir a Sweden yn berwi'r madarch er mwyn eu defnyddio ac eto mae rhai pobl wedi bod yn wael iawn dim ond wrth aroglir stêm sy'n codi o'r sosban.



3B - Morel Cyffredin

Yn cael ei ddefnyddio yn aml mewn bwyd Tsieineaidd.



4A - Twmffat Rychog

Mae bwyta'r madarch hyn yn arwain at ataliad ar y galon neu ddiffyg anadlu a marwolaeth 8-9 awr ar ôl eu bwyta.



4B - Corn Llawnder

Madarch blasus iawn a ddefnyddir i goginio yn nifer o wledydd Ewrop.



5A - Cap Marwol Ffug Gwyn

Er bod y ffwng hwn yn cynnwys tocsin, os caiff ychydig bach ei fwyta ni fydd yn debyg o gael effaith sylweddol ar oedolyn iach. Mae'n hawdd ei gamgymryd am y Cap Marwol.



5B - Cap Marwol

Hwn fu'n gyfrifol am ladd yr Ymerawdwr Rhufeinig Claudius. Mae'n edrych fel sawl math arall o fadarch a gellir ei gamgymryd yn ddigon hawdd am fadarchen fwytadwy.



6A - - Angel Angau

Dim symptomau am 24 awr ond yna bydd yn effeithio ar yr iau a'r arenau. Nid oes gwellhad ac eithrio trawsblaniad iau ac arenau.



6B - Caws Ceffyl

Mae'r Caws Ceffyl yn cael ei gyfrif yn un o'r madarch gwyllt mwyaf blasus ac wedi cael ei werthfawrogi gan genedlaethau.

