

EICH CANLLAW

Y CYFRIF PLASTIG MAWR

DYDDIADAU Y Cyfrif Plastig Mawr: 9-15 MAWRTH 2026

I'R Y dyddiad cau i dderbyn cyflwyniadau: 22 MAWRTH 2026

DYDDIADUR: Cyhoeddi'r canlyniadau: EBRILL 2026

SUT I BARATOI

Paratowch mewn tri cham syml

1. Argraffwch y daflen Dechrau Cyfri' isod a'i chadw yn rhywle y byddwch yn ei gweld: ar yr oergell, ger y bin neu wrth ymyl yr ailgylchu.
2. Gwiriwch y mathau o blastig yr ydym yn eu cofnodi drwy ymweld â thebigplasticcount.com/help.
3. Dywedwch wrth y bobl rydych chi'n byw gyda nhw eich bod chi'n cymryd rhan. Rydym eisiau cyfrif gwastraff plastig y cartref, felly mae hynny'n golygu bod angen i bawb yn y cartref gyfrif eu plastig cyn ei daflu.

SUT MAE CYMRYD RHAN

1. Rhwng 9-15 MAWRTH 2026, cyfrwch y plastig rydych chi'n ei ddefnyddio ar y daflen Dechrau Cyfri'. Mae hyn yn cynnwys plastig sy'n mynd i'r bin ac i'w ailgylchu.
2. Pan fyddwch chi allan yn ystod yr wythnos, cofnodwch unrhyw blastig rydych chi'n ei ddefnyddio, megis pecynnau cludo bwyd neu fyrbrydau, yna cofnodwch hyn pan fyddwch chi'n cyrraedd adref.
3. Ar ddiwedd yr wythnos, cyflwynwch eich canlyniadau erbyn 22 MAWRTH 2026 yn thebigplasticcount.com/submit.

SUT I GYFLWYNO EICH CANLYNIADAU

Ar ddiwedd yr wythnos, cyflwynwch eich canlyniadau erbyn

22 MAWRTH 2026

ar ein gwefan:

thebigplasticcount.com/submit
neu sganiwch y cod QR



Wrth gyfrif, efallai y byddwch yn teimlo mai eich bai chi yw'r argyfwng plastig. Nid felly y mae. Dim ond llywodraethau a chwmnïau all ddarparu dewisiadau amgen hygyrch.

Ar ôl i chi gyflwyno eich cyfrif, byddwn yn cyfrifo proffil plastig eich cartref ac yn defnyddio'r dystiolaeth i fynnu newid. Diolch am gymryd rhan.

BETH NA DDYLID EI GYFRIF

Plasteri, pecynnau meddyginiaeth, cynhyrchion mislif, cewynnau, bagiau baw, cyllyll a ffyrc plastig, cartonau diod.

Nid ydym yn cyfrif eitemau plastig sy'n cael eu defnyddio am resymau meddygol neu iechydol gan fod y rhain yn hanfodol i'r bobl sydd eu hangen. Nid ydym ychwaith yn cyfrif eitemau Tetra Pak – y cardbord plastig y mae llawer o gartonnau diodydd yn cael eu gwneud ohono- oherwydd mae'n anodd ei olrhain. Mae hynny'n cynnwys deunydd pecynnu brechdanau, cwpanau coffi, Pringles a chynnyrch tebyg.

Os ydych chi'n dal yn ansicr beth i'w gyfrif, edrychwch ar ein teclyn gwirio Plastig:

thebigplasticcount.com/help
neu sganiwch y cod QR



**NID YDYM YN CYFRIF PLASTIG YN UNIG,
RYDYM YN DIBYNNU AR Y LLYWODRAETH I WEITHREDU.**

DECHRAU CYFRI'!

**EVERYDAY
PLASTIC**



TAFLEN GOFNODI

Argraffwch y daflen a'i chadw yn rhywle y byddwch chi'n ei gweld, a chofnodwch y mathau o ddeunydd pecynnu plastig yr ydych chi'n eu taflu bob dydd.

Ticiwch y diwrnodau wrth i chi gyfrif eich plastig:

○ LL ○ M ○ M ○ I ○ G ○ S

BWYD A DIOD



Poteli bach (hyd at 500ml)
(dŵr, diodydd meddal, sawsiau ac ati)

CYFANSWM

☐


Potiau, tybiau a hambyrddau du
(prydau parod, bwydydd oer, cigoedd wedi'u coginio ac ati)

☐


Poteli mawr (dros 500ml)
(dŵr, diodydd ffrwythau, olew coginio, llaeth ac ati.)

☐


Potiau, tybiau a hambyrddau
(iogwrt, dipiau, menyn, pasteiod, cig ac ati)

☐


Capiau a chaeadau plastig caled
(o boteli, cartonau, jariau ac ati.)

☐

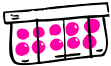

Bagiau byrbrydau, pacedi a deunydd lapio
(creision, bisgedi, bariau grawnfwyd, siocled ac ati)

☐


Caeadau ffilin y gellir eu pilio
(o ffrwythau meddal, pysgod, falafels, dipiau ac ati.)

☐


Deunydd pecynnu bwyd a diod caled eraill
(podiau coffi, cyrc plastig, cwpanau polystyren ac ati.)

☐


Hambyrddau ffrwythau a llysiau, potiau a'u caeadau caled
(aeron, grawnwin, cynhwysion tro-ffrio, tomatos ac ati.)

☐


Deunydd pecynnu bwyd a diod meddal eraill
(reis, bagiau bara, pys wedi'u rhewi, haenen lynu, caws ac ati)

☐


Bagiau ffrwythau, llysiau a salad, deunydd lapio a rhwydi
(salad, bananas, ciwcymbr, lemonau ac ati.)

☐

NWYDDAU GLANHAU AC YMOLCHI



Poteli bach (hyd at 500ml)
(hylif golchi dwylo, siampŵ, hylif golchi llestri ac ati)

☐


Tiwbiau gwasgu
(past dannedd, colur, hufen gofal croen ac ati)

☐


Poteli mawr (dros 500ml)
(glanhawr toiled, cannydd, glanhawr wyneb ac ati)

☐


Deunydd pecynnu nwyddau glanhau ac ymolchi caled eraill
(deunydd pecynnu brws dannedd, rasel, mascara ac ati)

☐


Potiau, tybiau a hambyrddau
(hufen lleithio, eli haul, tabledi golchi dillad ac ati)

☐


Deunydd pecynnu nwyddau glanhau ac ymolchi meddal eraill
(deunydd lapio papur toiled, tabiau golchi llestri, deunydd pecynnu weips gwlyb ac ati)

☐

POPETH ARALL



Deunydd pecynnu plastig caled arall
(deunydd pecynnu plastig ar gyfer teganau, technoleg, deunydd ysgrifennu, gwaith cynnal a chadw ac ati)

☐


Deunydd pecynnu plastig meddal arall
(codenni bwyd anifeiliaid anwes, bagiau siopa, deunydd lapio swigod ac ati.)

☐

CYFLWYNO EICH CANLYNIADAU

Cyflwynwch eich canfyddiadau yn:
thebigplasticcount.com/submit
neu sganiwch y cod QR i'r dde.



DDIM YN SIŴR LLE I ROI EITEM?

Edrychwch ar ein teclyn gwirio Plastig:
thebigplasticcount.com/help
neu sganiwch y cod QR i'r dde.

