

# Dathliad Gwanwyn Coed Actif Cymru

**Mawrth 28, Moel-y-Ci, 10.30-3.00**

**AM DDIM**

**Ymunwch â ni i ddathlu Coed Actif Cymru yn Ngwynedd a helpwch ni i lunio dyfodol gweithgareddau iechyd a lles mewn coetiroedd lleol.**

Ymunwch â ni i:

- **Gymryd rhan mewn gweithdai coetir**
- **Mwynhau coginio ar dân gwersyll**
- **Clywed straeon ysbrydoledig**
- **Rhannu eich syniadau a**
- **Helpu i lunio cynlluniau Coed Actif Cymru**

Mae'r digwyddiad dathlu Coed Lleol hwn ar gyfer mudiadau cymunedol ac unigolion sydd eisoes yn rhan o'n rhaglen Coed Actif Cymru, a'r rhai sy'n dymuno cymryd rhan (e.e. cyfranogwyr newydd, gweithwyr proffesiynol ym maes iechyd y cyhoedd, canolfannau gwaith, sefydliadau gofalwyr, rheolwyr coetiroedd).

Rhaglen iechyd a lles arloesol yw **Coed Actif Cymru**, sy'n newid bywydau ledled Cymru. Ymunwch â ni yn Ngwynedd i fwynhau ystod eang o weithgareddau, o fyw yn y gwyllt i deithiau cerdded coetir, o gadwraeth i goginio ar dân gwersyll, o chwilio am fwyd i ymwybyddiaeth ofalgar a mwy. Dewch i ddysgu sgiliau newydd, i feithrin hyder, ymarfer corff, gwneud ffrindiau a helpu i ddiogelu ein hamgylchedd.

**I archebu lle cysylltwch â: Melissa -  
actifwoodsgwynedd@smallwoods.org.uk**

**Actif Woods Wales  
Coed Actif Cymru**

Getting healthy the woodland way  
Ffordd y goedwig o gadw'n iach

## Gwella Iechyd yn y Coetir



**Coed Lleol**



**ActifWoodsWales**

  
**CoedLleol**  
SMALL WOODS WALES

[www.coedlleol.org.uk](http://www.coedlleol.org.uk)



Coed Lleol (Small Woods Wales). Registered Charity No. 1081874