

Dathliad Gwanwyn Coed Actif Cymru

29fed Mawrth, Coed Llwynonn,
10yb—3yp. AM DDIM

Ymunwch â ni i ddathlu Coed Actif Cymru yn
Ynys Môn 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 Ynys Môn 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: Vivienne Roberts
actifwoodsanglesey@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



Actif Woods Anglesey



ActifWoodsWales