

GWYNEDD Dewch i Chwarae



AM DDIM Canllaw gwyh i lefydd chwarae yng Ngwynedd

Paratowyd yr arweinlyfr hwn gan
dîm **Gwynedd Ni** o fewn **Cyngor
Gwynedd**. Fe'i hysbrydolwyd gan
y llyfryn a baratowyd yn wreiddiol
gan Dîm Datblygu **Chwarae Conwy**

Mae **Gwynedd Ni** yn gwneud eu gorau i gefnogi eich hawl fel plant i chwarae.
Diolchwn i **Groeso Cymru** am eu cefnogaeth a'r hawl i ddefnyddio lluniau.

am eu hardal nhw a chan y llyfryn
diweddarach gan Uned **Datblygu
Chwarae Môn**. Gellir cysylltu â thîm
Gwynedd Ni ar **01286 675 570**.

Cynnwys

- 4..... Am beth mae hwn yn sôn?
- 5..... Manteision chwarae yn yr awyr agored
- 6..... Cyngor call ar gyfer mynd allan i'r awyr agored
- 7..... Llefydd chwarae cynhwysol
- 8..... Map
- 9 – 11..... Cyrchfannau
- 12..... Cyngor call ar gyfer chwarae'n
ddiogel wrth ddŵr
- 13 – 19..... Traethau
- 20 – 29..... Caeau chwarae
- 30..... Cyngor call ar gyfer chwarae
yng nghefn gwlad
- 31 – 35..... Coedwigoedd a theithiau cerdded



Beth yw ystyr y lluniau? Fod y lle yn addas ar gyfer:



Rydym ni wedi cael help gan:



Am Beth Mae Hwn yn Sôn?

Fe welson ni bod llawer o bobl yn meddwl y dylai plant fod yn chwarae allan mwy ac yn treulio llai o amser dan do, ond mae oedolion yn ei chael yn anodd gadael i blant fynd allan i chwarae yn aml.



Pwrpas y canllaw hwn ydi rhoi rhywfaint o syniadau i chi am ble y gallwch chi fynd a beth allwch chi ei wneud wrth chwarae allan. Mae'n cynnwys rhai o'r traethau, parciau, caeau chwarae, coedwigoedd a'r gwarchodfeydd natur gorau yng Ngwynedd. Mae popeth sydd ynddo wedi'i labelu gyda'r cyfleusterau sydd ar gael yn y lle, ond mae llawer o weithgareddau nad ydynt wedi'u cynnwys hefyd ac mae'n rhaid i chi feddwl amdanynt!

Rydym ni'n gobeithio y byddwch chi'n defnyddio'r canllaw i wisgo eich welis a rhedeg, neidio, sbasio, dringo, rhwyfo, cropian a chwarae cuddio yn rhai o'r llefydd chwarae gorau sydd gan Gwynedd i'w gynnig.

Manteision Chwarae yn yr Awyr Agored

Rydym ni'n meddwl ei bod yn bwysig i blant gael amser i chwarae allan gyda'u teuluoedd, ac yr un mor bwysig iddyn nhw dreulio amser gyda'u ffrindiau yn archwilio eu cymuned leol. Rydym ni'n credu mai'r math gorau o chwarae ydi pan mae plant yn cael amser, gofod a chaniatâd i ddewis beth mae nhw eisiau ei wneud. Rydym ni'n galw hyn yn chwarae o ddewis rhydd.

Mae chwarae o ddewis rhydd yn gallu cynnig rhai o'r manteision rhagorol hyn:

- Ymestyn sgiliau
- Datblygu gallu corfforol ac emosiynol
- Herio ein hunain mewn ffyrdd newydd a chael profiad uniongyrchol o ganlyniad i'n gweithredoedd
- Meithrin cadernid
- Dod yn agos at bobl a llefydd
- Gwella lles ac iechyd meddwl
- MAE'N HWYL !!!



Cyngor ★ Call Mynd Allan i'r Awyr Agored

Rhowch eich côt gynhesaf amdano, neu eich het haul orau, ac ewch â rhywbeth i'w fwyta a'i yfed gyda chi. Mae antur yn waith llwglyd!

Ewch ag oriawr/ffôn/larwm gyda chi. Os byddwch chi'n ei osod ar gyfer yr amser sydd gennych chi i chwarae, fe fyddwch chi'n gwybod pryd mae'n amser mynd adref. Rhaid i chi ddeall ble mae eich ffiniau a chadw atyn nhw. Os byddwch chi'n penderfynu mynd i rywle gwahanol, cofiwch ddweud wrth bwy bynnag sy'n edrych ar eich ôl chi cyn cychwyn. Ewch â phethau i chwarae gyda chi, fel bocsys cardfwrdd, rhaff, hen deiars, planciau pren a deunyddiau eraill, ond cofiwch ddod â nhw adref yn ôl gyda chi! Pethau da i'w gwneud i ddechrau arni:

Dyma rai syniadau da i roi cychwyn i chi, oddi ar restr yr Ymddiriedolaeth Genedlaethol o 50 o bethau i chi eu gwneud cyn bod yn 11¾:

- Dringo coeden
- Rholio i lawr bryn mawr
- Adeiladu cuddfan
- Sgimio carreg
- Hedfan barcud
- Dal pysgodyn mewn rhwyd
- Chwarae concyrs
- Mynd ar eich beic ar siwrnai hir
- Gwneud llwybr gyda ffyn
- Gwneud cacennau mwd
- Codi argae ar nant
- Gwneud cadwyn llygad y dydd
- Cynnal ras falwod
- Creu celf wyllt
- Chwarae ffyn 'pooh'
- Neidio dros donnau
- Gwneud cartref i anifail gwyllt
- Adeiladu rafft
- Hela trychfilod
- Gwyllo adar
- Gwneud trwmped glaswellt
- Cerdded yn droednoeth

Os hoffech chi gael rhagor o wybodaeth, ewch i www.nationaltrust.org.uk/50-things-to-do

Llefydd Chwarae Cynhwysol

Yn y canllaw yma rydym ni wedi cynnwys gwybodaeth am fynediad ffisegol i'r llefydd chwarae a beth sydd ar gael yno. Er hynny, rydym ni'n deall nad dyma'r unig rwystrau o ran mynediad i blant ac mai dim ond am blant yn cyrraedd rhywle'n gorfforol y mae mynediad yn sôn. Mae'r term 'cynnwys' yn cyfeirio at blant yn teimlo eu bod nhw eisiau bod yn y lle ar ôl cyrraedd yno.

Mae'r amgylchedd awyr agored yn cynnig cyfleoedd chwarae amrywiol, ond dydyn nhw ddim yn dweud wrth blant sut dylen nhw chwarae neu ryngweithio â nhw. Mae deunyddiau naturiol fel dail, moch coed, dŵr, tywod, glaswellt a mwd yn bethau i chwarae â nhw, eu cyffwrdd, eu harogli a'u profi ochr yn ochr â nodweddion naturiol fel coed, meini, twmpathau a phlanhigion mewn sawl ffordd. Mae'r hyblygrwydd yma'n help i blant brofi'r llefydd chwarae hyn ar eu telerau eu hunain.

Wrth fynd â phlant i lefydd chwarae awyr agored, rydym ni'n annog oedolion i gefnogi'r broses chwarae drwy ganiatáu i blant fynd ar antur eu hunain.

Mae rhai safleoedd yn fwy addas ar gyfer antura oherwydd bod oedolion yn gallu gweld, a goruchwylio eu plant o bell. Mae traethau a pharciau'n dda ar gyfer hyn. Mae'n well gan rai plant fod mewn llefydd tawelach ac mae coedwigoedd yn gallu cynnig cyfle iddyn nhw greu eu hafan ddiogel eu hunain. Er hynny, mae'n well gan rai plant gael mwy o gyfeiriad i'w chwarae, er mwyn eu helpu i setlo yn eu hamgylchedd. Mae'r caeau chwarae yn y canllaw yn sicrhau hynny drwy gyfrwng offer chwarae traddodiadol, ond mae hefyd yn caniatáu iddynt archwilio o amgylch ffin y safle, wrth i blant ddod yn fwy cyfforddus gyda'r lleoliad.

Rydym ni wedi ceisio cynnwys gwybodaeth am ba mor hygyrch ydi pob lle chwarae, gan gynnwys y cyfleusterau ynddo. Er hynny, gan mai llefydd cyhoeddus ydi'r rhain, mae nhw'n gallu newid. Felly, os ydych chi'n poeni am fynd i leoliad penodol, fe fyddem yn argymhell eich bod yn gwneud ychydig bach mwy o ymchwil cyn cychwyn.



CYRCHFANNAU

- 1 Parc Gwledig Glynllifon
- 2 Parc Gwledig Padarn

TRAETHAU

- 3 Aberdyfi
- 4 Abermaw (Y Bermo)
- 5 Aberdaron
- 6 Pwllheli (Marian y De)
- 7 Dinas Dinlle

PARCIAU CHWARAE

- 8 Coed Helen, Caernarfon
- 9 Ger-y-llyn, Llanberis
- 10 Y Marín, Dinas Dinlle
- 11 Bron y De, Pwllheli
- 12 Y Parc, Porthmadog
- 13 Parc Hamdden, Dolgellau
- 14 Parc Adloniant, Tywyn

COEDWIGOEDD A LLWYBRAU GWLEDIG

- 15 Gwarchodfeydd Natur ardal Traeth Lafan
- 16 Coedlan Gymunedol Coed Doctor, Llanberis
- 17 Gwarchodfa Natur Wern Mynach, Abermaw (Y Bermo)



Cyrchfannau



1. PARC GWLEDIG GLYNLLIFON

CYFEIRIAD: Ffordd Clynnog, Caernarfon. LL54 5DY

COST: Oedolion £4; Plant £2; I'r teulu am y dydd £10 *Costau yn gywir ar amser cyhoeddi*

Oriau agor ar gyfer y gerddi a theithiau cerdded drwy'r goedwig:

Tymor yr Haf (1 Ebrill - 30 Medi): Yn ddyddiol 10:00 -17:00

Tymor y Gaeaf (1 Hydref - 31 Mawrth): dydd Iau - ddydd Sul 10:00 -17:00

BETH SYDD YNO?: Digon o lefydd parcio am ddim, byrddau picnic, caffi, cuddfannau, bywyd gwyllt, teithiau cerdded tywysedig, siop & oriel, cyfleusterau ar gyfer yr anabl.



SUT MAE MYND YNO?: Dewch am dro i erddi hanesyddol a chanolfan greffttau Parc Glynllifon i fwynhau diwrnod allan i'r teulu cyfan. Lle ardderchog i grwydro o gwmpas i fwynhau amrywiaeth o brofiadau awyr agored. Am y rheswm hwnnw, cofiwch ei bod yn bwysig gwisgo esgidiau addas.

Cyfle i daro i mewn i Gaffi'r Gath Ddu am baned neu bryd o fwyd a chael golwg o gwmpas siop ac oriel Adra.

Mae aelodaeth flynyddol ar gael. Am fwy o wybodaeth am Barc Glynllifon, ymwelwch â thudalen Facebook y parc ar: www.facebook.com/parcglynllifon



2. PARC GWLEDIG PADARN

CYFEIRIAD: Ysbyty'r Chwarel, Gilfach Ddu, Llanberis. LL55 4TY

COST: Am ddim / Talu ac Arddangos yn y meysydd parcio

BETH SYDD YNO?: Digonedd o le i barcio, caffi, Ysbyty'r Chwarel, Rheilffordd Llyn Padarn, Amgueddfa Lechi Genedlaethol, cwrs rhaffau ac ysgolion (cwrs antur i blant ac oedolion), Canolfan chwaraeon dŵr Padarn, Cwch bleser "Seren yr Wyddfa", Canolfan Deifio Vivian, Cychod Padarn, Llwybrau cerdded (taith 8km o amgylch y Llyn a llwybrau eraill llai), Crochenwaith Padarn, Crefft Elidir, Fframia, Odyn Copr, Llwybrau sy'n addas i gadeiriau olwynion.



SUT MAE MYND YNO?: Mae'r parc yn 800 acer i gyd ond i gyrraedd canol y safle yn Gilfach Ddu, trowch oddi ar yr A4086 yn Llanberis i mewn i Barc Padarn a dilynwch yr arwyddion Brown a Gwyn.

Mae digonedd i'w wneud ym Mharc Padarn! Dewch am dro i fwynhau diwrnod allan i'r teulu i gyd. Mwynhewch y golygfeydd mwyaf trawiadol yng Ngogledd Cymru...ar draws Llyn Padarn o Gastell Dolbadarn ac at Eryri yn ei holl ogoniant. Cyfle i ddysgu am hanes yr ardal ac i grwydro llwybrau gwyllt o amgylch y Llyn. Rhowch gynnig ar y cwrs rhaffau ac ysgolion!

Gofynnwn i ymwelwyr ystyried eu diogelwch bob amser tra byddant yn ymyl y Llyn ei hun. Bydd adran 'Cyngor Call: Chwarae'n Ddiogel Wrth Ddŵr' yn medru cynnig arweiniad.

Am wybodaeth fwy penodol a diweddar am yr Amgueddfa Lechi a Rheilffordd Padarn, cymerwch olwg ar eu safleoedd gwe.

Cyngor ★ Call Chwarae'n Ddiogel wrth Ddŵr

Mae dŵr yn un o adnoddau chwarae gorau byd natur a dylai plant gael profiad o chwarae mewn dŵr, gyda dŵr ac o'i amgylch. Er hynny, mae'n bwysig cofio am beryglon dŵr a chadw'n ddiogel.

- Dim ond gydag oedolyn dylech chi chwarae wrth ddŵr neu mewn dŵr
- Edrychwch ar ragolygon y tywydd ac amseroedd y llanw cyn mynd; hyd yn oed ar ddiwrnod tawel, mae'r cerhyntau'n gallu bod yn gryf
- Os byddwch chi'n mynd i helynt, codwch eich llaw i'r awyr a gweiddi am help
- Darllenwch unrhyw arwyddion diogelwch ar y traeth neu wrth yr afon a byddwch yn ymwybodol o beryglon lleol penodol
- Peidiwch â defnyddio teganau gwynt mewn gwynt cryf neu ar fôr stormus
- Os gwelwch chi rywun arall mewn helynt, dywedwch wrth swyddog achub bywyd. Os nad ydych chi'n gallu gweld swyddog achub bywyd, ffoniwch 999 neu 112 a gofynnwch am Geidwad y Glannau, ond peidiwch â cheisio achub neb eich hun
- Chwiliwch am wybodaeth am y traeth rydych chi wedi'i ddewis cyn mynd allan yn goodbeachguide.co.uk
- Cofiwch fod cerhyntau cryf mewn afonydd hefyd. Byddwch yn ofalus a dim ond mewn rhannau tawel a bas ddylech chi chwarae
- Mae creigiau a meini wrth afonydd yn hwyl i chwarae arnyn nhw ond byddwch yn ofalus os ydyn nhw'n llithrig

Rhagor o wybodaeth yn www.riverandseasense.com
www.gwynedd.llyw.cymru/mapiautraethau

Traethau





3. ABERDYFI

CYFEIRIAD: Aberdyfi, Gwynedd. LL35 OEB

COST: Parcio Talu ac arddangos

BETH SYDD YNO?: Traeth, adnoddau ar gyfer beiciau dŵr, toiledau, parcio i'r anabl yn ogystal â mynediad i ddefnyddwyr cadeiriau olwynion i'r traeth; siopau, caffi.



YNGLYN Â'R TRAETH: Ar ochr ogleddol aber Afon Dyfi, mae'r traeth yn Aberdyfi yn llecyn hardd a digon i'w wneud yno a llawer o adnoddau ar gael. Mae'n ganolfan hwylio a chwaraeon dŵr prysur. Yn ogystal, mae ardal y lan ddeheuol, ar hyd aber yr afon Dyfi, yn rhan o Warchodfa Natur Genedlaethol Dyfi.



4. ABERMAW (Y BERMO)

CYFEIRIAD: Barmouth, Gwynedd. LL42 1NF

COST: Parcio Talu ac arddangos

BETH SYDD YNO?: Traeth Baner Las, adnoddau ar gyfer beiciau dŵr, toiledau, parcio i'r anabl yn ogystal â mynediad i ddefnyddwyr cadeiriau olwynion i'r traeth, Trampolinau, siopau, caffi.



YNGLYN Â'R TRAETH: Ar aber Afon Mawddach, mae traeth Y Bermo ac mae'n draeth traddodiadol mewn llawer ystyr. Mae'n lle delfrydol i deuluoedd hefo milltiroedd o dywod glân.

*Mae ambell ran o'r traeth wedi ei ddynodi yn ardal Dim Ymdrochi. Cymerwch sylw o'r arwyddion.



DANTEITHION IACH

FFYN MORON TOMATOS BACH MELYS
FFRWYTH BACH PYS IOGWRT HEB SIWGR
FFLARJAC SIWGR ISEL DŴR NEU LEFRITH
FFYN BARA CACENNAU REIS
BRECHDANAUNEU DORTILLA WEDI'U LLENWI

HEALTHY TREATS

CARROT STICKS CHERRY TOMATOES
BITESIZE FRUIT PEAS SUGAR FREE YOGHURT
LOW SUGAR FLAPJACK WATER OR MILK
BREADSTICKS RICE CAKES
FILLED SANDWICHES OR WRAPS



5. ABERDARON

CYFEIRIAD: Traeth Aberdaron, Gwynedd. LL53 8BE

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Traeth Baner Las, toiledau, adnoddau a mynediad i'r traeth ar gael i ymwelwyr anabl, siop.



YNGLŷN Â'R TRAETH: Ym mhen pellaf Pen Llŷn, mae traeth Aberdaron yn filltir o hyd ac mae o fewn Ardal O Harddwch Naturiol Eithriadol (AHNE). Mae digon i'w fwynhau, o lwybrau arfordirol i chwaraeon dwêr.



6. PWLLHELI

CYFEIRIAD: Traeth Marian y De, Pwllheli, Gwynedd. LL53 5PG

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Traeth sy'n cyrraedd safon Baner Las, toiledau, adnoddau a mynediad i'r traeth ar gael i ymwelwyr anabl, siopau a chaffis.



YNGLŷN Â'R TRAETH: Wedi ei leoli i'r de orllewin o Harbwr Pwllheli, mae ystod eang o wasanaethau ar gael o fewn tafliad carreg o'r traeth. Mae'n hawdd cyrraedd canol y dref drwy gerdded dros y Cob. Mae'r traeth yn agos hefyd i barc chwarae Bron y De sydd wedi ei gynnwys yn y llyfryn hwn ac i fan cerdded Lôn Cob Bach, gwarchodfa natur y dref sydd â phaneli gwybodaeth yn nodi'r bywyd gwylt y gellir ei weld yno.



7. DINAS DINLLE

CYFEIRIAD: Dinas Dinlle, Gwynedd. LL54 5TW

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Traeth Baner Las, mynediad i'r traeth i ddefnyddwyr cadeiriau olwynion, parcio, caffis, byrddau picnic.



YNGLŷN Â'R TRAETH: Traeth poblogaidd gan deuluoedd a golygfeydd trawiadol ar draws i Ben Llŷn ac i Ynys Môn. Beth am wella eich ffitrwydd a cherdded i ben Boncan Dinas, y bryn uwchben y traeth, lle mae hen gaer o'r Oes Haearn? Gan fod Llwybr yr Arfordir yn mynd drwy'r pentref mae digon o gyfleoedd i gerdded rhannau o'r Llwybr.



Caeau Chwarae



8. COED HELEN, CAERNARFON

CYFEIRIAD: Ffordd yr Aber, Caernarfon. LL54 5RR

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Cae chwarae yn cynnwys siglenni, fframiau dringo mawr a bach, springi. Byrddau picnic ar y safle. O fewn Parc Coed Helen mae yna atyniadau amrywiol eraill hefyd, gan gynnwys parc sglefrio a bwrdd gwyddbwyll awyr agored.



SUT MAE MYND YNO?: Mae ceir yn cyrraedd y safle o Ffordd yr Aber ond mae'r safle ei hun mewn man amgaaedig diogel. Mae yna doiledau a maes parcio gerllaw. Mae'r parc mewn llecyn dymunol ar lannau'r Fenai, a gyferbyn â chastell enwog Caernarfon. Lle delfrydol i fynd â'r plant ar ôl bod yn crwydro a amgylch y dref.



9. GER Y LLYN, LLANBERIS

CYFEIRIAD: Ger y Llyn, Llanberis. LL55 4HA

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Ystod eang o offer chwarae mewn llecyn godidog wrth ochr y llyn. Ymhlith yr offer mae siglenni, trên bren, llwybr ystwythder a chôn dringo sy'n troi ('walt whirly').



SUT MAE MYND YNO?: Wrth ochr Llyn Padarn. Mae ceir yn cyrraedd y parc ar hyd ffordd osgoi Llanberis. Mae mwy nag un maes parcio talu ac arddangos gerllaw, yn ogystal â thoiledau cyhoeddus.

Mae'r parc chwarae hwn ar lannau Llyn Padarn, ac yn lle gwyh i gymryd egwyl wrth edrych ar olygfeydd trawiadol o'r Wyddfa. Mae amrywiaeth o siopau difyr a bwytaï ym mhentref Llanberis sydd ddim ond tafliad carreg o'r meysydd parcio drws nesa i'r parc chwarae.



10. Y MARÎN, DINAS DINLLE

CYFEIRIAD: Y Marîn, Dinas Dinlle. LL54 5TW

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Siglenni, car springi, ffrâm aml-bwrpas. Mae byrddau picnic a meinciau o fewn safle'r parc chwarae.



SUT MAE MYND YNO?: Siglenni, car springi, ffrâm aml-bwrpas. Mae byrddau picnic a meinciau o fewn safle'r parc chwarae.

Ger y môr ym mhentref glan môr poblogaidd, Dinas Dinlle, mae'n hawdd iawn cael hyd iddo ar ffordd y traeth yn y pentref. Mae maes parcio a thoiledau cyhoeddus gerllaw.

Mae'r parc chwarae a'r traeth yn agos iawn at ei gilydd ac yn hawdd felly cyfuno'r profiad o fwynhau'r ddau atyniad.



11. BRON Y DE, PWLLHELI

CYFEIRIAD: Bron Y De, Pwllheli. LL53 5B

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Rowndabowt, siglenni, springi, sleid.
Maes parcio am ddim a thoiledau cyhoeddus ar y safle.



SUT MAE MYND YNO?: I gyrraedd yno, ewch i lawr Ffordd Y Cob o'r dref ym Mhwlheli. Wedi'r croesi'r Cob ei hun, ewch heibio swyddfeydd Cyngor Gwynedd ar y dde ac wedyn trowch i mewn i'r maes parcio bach ar y gornel hefo stryd Bron y De ar y chwith.

Parc bach yw hwn ond yn hynod o agos i Draeth y De ac mae maes parcio'r traeth ei hun gerllaw.



12. Y PARC, PORTHMADOG

CYFEIRIAD: Stryd Lombard / Heol y Parc, Porthmadog. LL49 9AP

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Siglenni, sleid, ffrâm ddringo, rowndabowt spacenet a springi.



SUT MAE MYND YNO?: Gerllaw ardal hanesyddol yr harbwr ym Mhorthmadog ac o fewn pellter cerdded hawdd o orsaf Rheilffordd yr Wyddfa a gorsaf bws y dref. Ar ochr yr harbwr o Stryd Fawr, Porthmadog, trowch i mewn i'r stryd gyferbyn â siop Portmeirion ac ewch heibio'r maes parcio talu ac arddangos ar y dde. Fe welwch y parc chwarae ochr draw i'r maes parcio, ar y gornel hefo Stryd Lombard. Mae toiledau cyhoeddus gerllaw.

Mae Stryd Fawr, Porthmadog o fewn tafliad carreg i'r parc. Mae digonedd o fyrddau picnic ar gael ac mae'n bosib dilyn llwybr cerdded/beicio'r Cob sy'n rhan o rwydwaith Lonydd Glas Gwynedd a'r Rhwydwaith Beicio Cenedlaethol.

Codwch eich pen

EDRYCHWCH LAI AR Y SGRIN = MWY O HWYL



13. PARC HAMDDEN, DOLGELLAU

CYFEIRIAD: Oddi ar Ffos y Felin, Dolgellau. LL40 1DE

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Siglenni (gan gynnwys rhai seti crud, gwastad a phendil), troellwr igam-ogam, springis, giât dro fechan, wal ddringo twmpath morgrug, si-so cobra.



SUT MAE MYND YNO?: Gyferbyn â phen draw'r bont yn nhre hanesyddol Dolgellau.

Wrth groesi'r bont i ddod i mewn i dref Dolgellau o'r gogledd, fe welwch y parc chwarae ar y chwith, fymryn tu hwnt i ochr draw'r bont. Mae maes parcio talu ac arddangos y Marian a thoiledau cyhoeddus gyferbyn â'r llwybr sy'n arwain ato.

Mae'n bosib ymuno â llwybr Mawddach wrth gerdded neu feicio o faes parcio'r Marian ac mae'r llwybr yn addas i ddefnyddwyr cadair olwynion rhwng Dolgellau a Llyn Penmaen



14. PARC ADLONIANIANT TYWYN

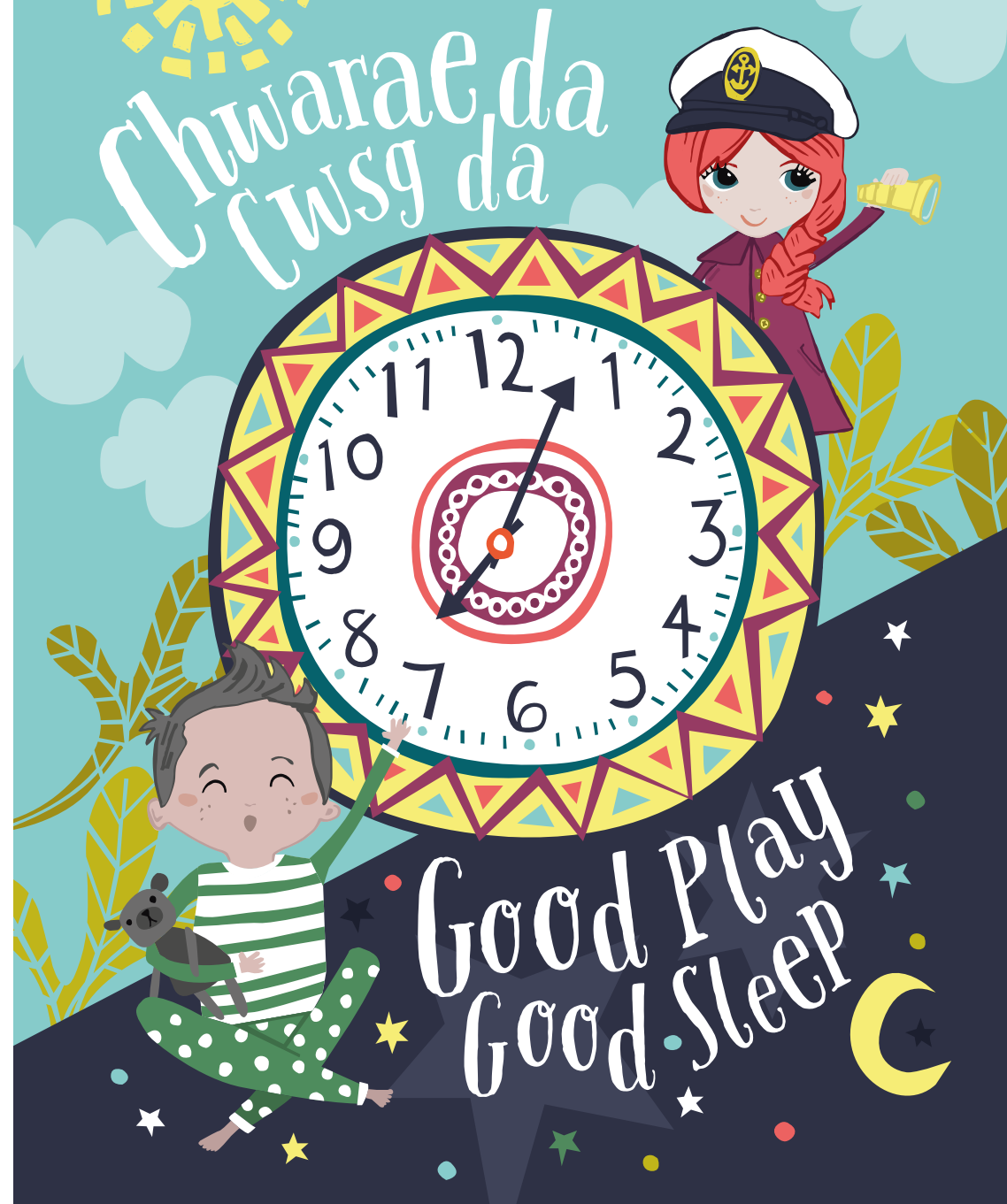
CYFEIRIAD: Marine Parade, Tywyn. LL36 0DE

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Siglenni (seddi crud a gwastad), giât dro fechan, ffrâm ddringo a ffrâm amlbwrrpas hefo sleid, springis, rowndabowt a gôl pêl fasged. Mae byrddau picnic ar y safle a maes parcio a thoiledau cyhoeddus gerllaw.



SUT MAE MYND YNO?: Mae'r parc chwarae hwn ar lan y môr ac i'w gyrraedd dylid dilyn arwyddion y traeth a dod i lawr Ffordd y Pier o ganol tref Tywyn. Ym mhen draw Ffordd y Pier, dilynwch y ffordd o gwmpas, i mewn i Marine Parade. Fe welwch y parc chwarae ar yr ochr chwith. Mae'r safle yn arbennig o gyfleus ar gyfer glan y môr.



Cyngor Call Chwarae yng Nghefn Gwlad



Mae natur yn darparu'r caeau chwarae gorau yn y byd ac mae pobl wedi profi bod cysylltu â natur yn gwneud iddyn nhw deimlo'n well. Fel gyda phob un o'r llefydd yn y canllaw yma, mae'n rhaid gofalu am ein Cefn gwlad, felly cofiwch gadw at y - Côt Cefn Gwlad.

- **Parchu, Gwarchod, Mwynhau**
- Parchu pobl eraill
- **Cadw cŵn o dan reolaeth effeithiol**
- Gadael giatiau ac eiddo fel rydych yn dod o hyd iddyn nhw a dilyn llwybrau troed oni bai fod mynediad ehangach ar gael
- **Gwarchod yr amgylchedd naturiol**
- Peidio â gadael unrhyw olion o'ch ymweliad a mynd â'ch sbwriel gartref gyda chi
- **Cofio am y gymuned leol a'r bobl eraill sy'n mwynhau'r awyr agored**
- Mwynhau'r awyr agored ond cadw'n ddiogel hefyd
- **Cynllunio ymlaen llaw a bod yn barod**
- Cadw at gyngor ac arwyddion lleol





15. GWARCHODFEYDD NATUR ARDAL TRAETH LAFAN

CYFEIRIAD: Ardal arfordirol rhwng Bangor ac Abergwyngregyn

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Llwybrau, adnoddau gwyllo adar, cuddfannau, gofod parcio amrywiol, byrddau picnic, mynediad cadeiriau olwynion ym Mhorth Madryn, traethau.



AM DDIM P

SUT MAE MYND YNO? Traeth sy'n ymestyn am bellter o 9.5km o Fangor i Lanfairfechan (oddi ar yr A55). Cyfle i ddysgu am adar a bywyd gwyllt wrth fwynhau diwrnod yn yr awyr agored yn ardal hardd arfordir gogledd Gwynedd. Ym Morfa Madryn, ceir cymysgedd o gynefinoedd tir gwlyb - coedlannau collddail, tir pori, pyllau dŵr croyw a gwelyau hesg. Ym Morfa Aber, tair cuddfan adar lle gwelir hwyaid a rhydwyrr fel chwiwell, y pibydd coesgoch a'r gornchwiglen. Yn Morfa Aber, mae cuddfan gwyllo adar lle gallwch wyllo heidiau o ylfenir, chwiwell, a hwyaid. Efallai y gallech gael cip ar las y dorlan, yr iar ddŵr neu'r dyfrgi wrth iddynt fwydo yn y pyllau dŵr croyw. Wrth baratoi eich diwrnod, cofiwch am ddiogelwch mewn mannau ar yr arfordir a gwnewch nodyn ymlaen llaw o bryd mae'r llanw yn uchel.



16. COEDLAN GYMUNEDOL COED DOCTOR, LLANBERIS

CYFEIRIAD: Sawl mynedfa yn Llanberis, ger canol y pentref

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Llwybr gwledig, mynediad i gadeiriau olwynion (yn rhannol), byrddau picnic.



SUT MAE MYND YNO?: Mae mynedfa oddi ar y Stryd Fawr ac un arall oddi ar Ffordd Clegir (dylid troi i mewn i Stryd Goodman o'r Stryd Fawr i'w gyrraedd). Prin yw'r llefydd parcio ger mynedfa Ffordd Clegir ei hun ond dim ond tafliad carreg i fyny'r allt o'r pentref mae'r fynedfa.

Mae Llanberis yn bentref sy'n cael ei gysylltu â Llyn Padarn, yr Wyddfa a golygfeydd trawiadol ar draws Eryri. Ardal goediog yw Coed Doctor, ar gyrion y pentref, sy'n cynnig newid braf. Mae'n lle delfrydol ar gyfer diwrnod hefo'r teulu ac yn cynnwys drysfa o lwybrau a llefydd diddorol i'w harchwilio. Mae'r arwydd ger y fynedfa oddi ar Ffordd Clegir yn rhoi gwybodaeth am y bywyd gwyllt lleol ac am hanes y goedlan. Mae llwybrau pren wedi eu gosod ar hyd rhannau o'r safle ond nid yw'r rhain yn estyn drwy'r goedlan i gyd hyd yn hyn. Mae'r gwaith i gyflawni hyn yn parhau ond, am y tro, dylai defnyddwyr cadeiriau olwynion gadw mewn cof mai dim ond rhannau o Goed Doctor sy'n hygyrch.



17. GWARCHODFA NATUR WERN MYNACH, ABERMAW

CYFEIRIAD: LL42 1PL

COST: **AM DDIM**

BETH SYDD YNO?: Byrddau picnic, mynediad rhannol i ddefnyddwyr cadeiriau olwynion.



SUT MAE MYND YNO?: Mae Wern Mynach yng nghanol tref Abermaw, ger y cae pêl-droed oddi ar Ffordd Y Parc.

Yn wreiddiol, rhoddwyd y safle gan y mynachod Sistersaidd o Abaty Cymer, Llanelltyd i drigolion y Bermo ar gyfer hamddena gaeaf. Ar ôl cyfnod fel safle tirlenwi, yn 2005 crewyd y safle glas trefol yno a welwn heddiw. Plannwyd cannoedd o goed derw, afalau, crafal, banadl a helyg a blodau gwyllt sy'n denu pryfed, adar ac anifeiliaid. Lle delfrydol i deuluoedd gerdded ac ymlacio.

Gwasanaeth Gwybodaeth i Deuluoedd Family Information Service

**GWYBODAETH,
CYNGOR AC ARWEINIAD
AM DDIM AR ...**

**FREE
INFORMATION, ADVICE
AND GUIDANCE ON...**

- Cymorth gyda chostau gofal plant
- Gofal Plant 30 awr
- Gwasanaeth cyfeirio
- Pethau i'w gwneud
- Rhestr darparwyr gofal plant cofrestredig
- Gwasanaeth i blant a phobl ifanc a llawer mwy...

- Help with childcare costs
- 30hr Childcare
- Signposting service
- Things to do
- List of registered childcare providers
- Children and young people services and much more...



Gwynedd-Ni@gwynedd.llyw.cymru
Gwynedd-Ni.org.uk
01286 675570 07920083909



Gwynedd Ni



@Gwynedd Ni



Eich Nodiadau Chi

Lined writing area on the left page.

Lined writing area on the right page.

GWYNEDD Dewch i Chwarae

 /Gwynedd-Ni

Mae "Dewch i Chwarae - Gwynedd" yn rhan o Gwynedd Ni, sef tudalen i roi gwybodaeth am weithgareddau a gwasanaethau sydd ar gael i blant, pobl ifanc a theuluoedd.

Cysylltwch â ni i ddarganfod mwy am yr wybodaeth y medrwn ei gynnig, un ai drwy Facebook neu drwy'r manylion cyswllt ar dudalen 35.



"Ar gyfer Plant a Phobl Ifanc o bob gallu i brofi chwarae a gweithgaredd corfforol o fewn cymunedau yng Ngwynedd."