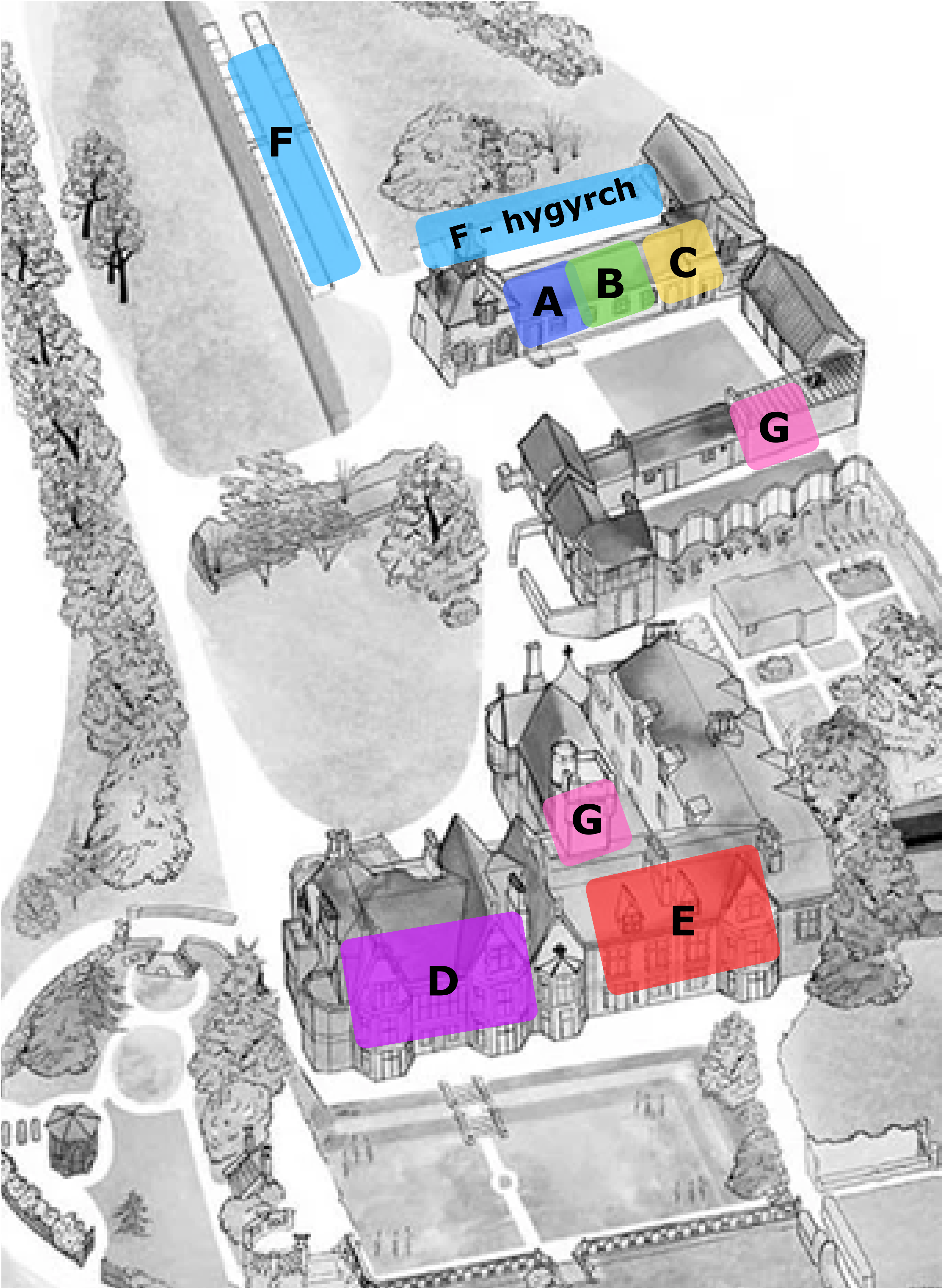


GWYL ADFERIAD CYMRU: EICH CANLLAW



MAE COFRESTRU AR GYFER GWEITHGAREDDAU YN ÔL Y CYNTAF I'R FELIN!

A) UN SEFYDLOG

11:00am – 1:00pm Sesiynau 1:1 - Tylino Pen Indiaidd, Triniaethau Byr Reiki ac Ymlacio (dwylo, ysgwyddau ac ati), Darlleniadau Tarot

1:05pm – 1:50pm Gwaith Pad Holistaidd

2:00pm – 3:00pm Ysgrifennu Creadigol

B) STABL DAU

12:30pm – 1:30pm Celf Niwrograffig

1:40pm – 2:30pm Cerddoriaeth er Llesiant

2:40pm – 3:30pm Baddon Sain

C) Tŷ MODUR I LAWYR

11:15am – 11:45am Blasu Grŵp Adferiad Cyfoedion

11:50am – 12:30pm Blasu ar Narcotics Anonymous

12:40pm – 1:20pm Cocaine Anonymous "Beth ydyw a beth nad yw" (i weithwyr proffesiynol)

1:30pm – 2:10pm Blasu Grŵp Cyfoedion Teulu a Ffrindiau

2:20pm – 3:00pm Blasu Alcoholics Anonymous

D) YSTAFELL LUNIO - MEWNGOFNODWCH YMA OS GWELWCH YN DDA!

11:00am – 11:20am Choir with No Name

11:20am – 11:35am Agoriad a chroeso

11:35am – 11:55am Straeon adferiad personol

11.55am - 12:05pm Llun grŵp!

12:30pm – 1:30pm Band byw No Saints

1:40pm – 2:15pm Adrodd straeon gyda Sophie Calon, awdur Long Going

2:30pm – 2:45pm Stori Adferiad Personol

2:45pm – 3:00pm Geiriau cloi a myfyrdodau

Bydd stondinau hefyd ar agor yn yr Ystafell Lunio drwy'r dydd.

E) YSTAFELL FWYTA

11:00am - 3:00pm Gweithgareddau creadigol cymunedol - Mapiau a Baneri Adferiad Sesiynau gwaith celf wedi'u hwyluso

12:00pm ymlaen Bwyd am ddim ar gael - cydiwch yn eich pecyn brechdanau!

12:00 - 2:00pm Hyfforddiant Naloxone Galw Heibio

Bydd stondinau hefyd ar agor yn yr Ystafell Fwyta drwy'r dydd.

F) PARCIO AR Y SAFLE

Parcio am ddim - dewch yn gynnar i sicrhau lle parcio, gan fod lleoedd yn gyfyngedig. Mae parcio hawdd, am ddim ar ffyrdd lleol a strydoedd ochr.

G) CYFLEUSTERAU TOILED

Mae toiledau gyferbyn â Stabl Un, Stabl Dau a Tŷ Modur i Lawr. Mae toiledau yn y Plas hefyd.

DEFNYDDIWCH Y BINIAU A'R CYFLEUSTERAU YSMYGU A DDARPERIR.

DIOLCH I'N HOLL NODDWYR, TREFNWYR, CYFRANWYR A GWIRFODDOLWYR!