

**MYNEDIAD
AM DDIM**

**Croeso i
bawb!**

**Iechyd
& Lles**

Digwyddiad

**DYDD IAU 27AIN
MAWRTH
11AM-3PM**

**CRAENIAU
POP UP SPACE
PLAS DEWI SANT
ABERTAWE SA1 3LG**

Gweithgareddau i gynnwys:

- Arddangosiad coginio gyda sesiynau blasu AM DDIM
- Adloniant cerddorol
- Gwiriadau iechyd bach am ddim
- Gweithgareddau i'ch helpu i symud
- Sesiynau Ymwybyddiaeth Ofalgar a Lles

**Sgwrsiwch ag
arbenigwyr lleol am
gadw'n iach!**

**Stondinau rhyngweithiol gan ystod
eang o grwpiau a gwasanaethau
iechyd a chymunedol lleol**

Bagiau nwyddau ar gyfer y 50 person cyntaf sy'n mynychu

Te, coffi a lluniaeth ysgafn am ddim

Ardal Chwarae Meddal i blant ifanc

