



## DIWRNOD BLASU MEDDWL AGORED!

Mae'r prosiect yn rhan o ddarpariaeth CAG Coleg Harlech ac mae'n darparu cyfleoedd llawn hwyl, wedi'u teilwra'n arbennig, ar gyfer aelodau o'r gymuned sy'n awyddus i wella eu hiechyd meddwl a'u lles ac ymgymryd â dysgu.

Byddwn yn cynnal diwrnod blasu ar yr 16<sup>th</sup> o Ebrill 2010 am 'r Drefnydd Eglwys blas Regent Hystryd, Wrecsam 12.00 tan 3.30pm.

Dewch draw a rhowch gynnig ar rai o'r gweithgareddau!  
Gwylwch yr arddangosiadau ac yna rhowch gynnig arnynt!

Bydd y gweithgareddau'n cynnwys:-

Coginio Llawn Hwyl  
Ffotograffiaeth Ddigidol  
Celf  
A mwy!



Cewch ginio yma ac mae lle i chi ymlacio yma hefyd.

Os hoffech ddod byddwch cystal â chysylltu â'ch cydlynnydd gofal neu eich gwasanaeth cymorth lleol,



Achos mwyach gwybodaeth blesio chyffyrddiad Sarah O'Connell Jones  
Rheolwr y Prosiect Meddwl Agored ar 01248 353254

