



Dewiswch eich antur eich hun
gyda
**Gwobr John Muir
Deuluol**
Arfordir Penfro

Gwybodaeth Ddefnyddiol i'ch helpu i gwblhau eich Gwobr John Muir

Fe allwch chi rannu eich profiadau Mannau Gwyllt gyda ni
mewn sawl ffordd; ffotograffau, geiriau, lluniau, hyd yn oed
creu dawnys am fan gwyllt a'i ffilmio!

Sut i ddweud wrthym am eich Gwobr neu anfon doler i luniau,
fideo, neu unrhyw beth arall- fe fyddwn wrth ein bodd i glywed amdano:

f Rhannu gan ddefnyddio ein **grŵp Pembrokeshire Coast
Family John Muir Award** – fe allwch chi ddefnyddio **hash-
nodau** (#technoleg sy'n rhoi braw rydyn ni'n gwybod-ond rhwch
gynnig arni!!) i'n helpu ni i ddod o hyd i'ch pyst ynghynt
#amsergwyllt #gwobrjohnmuir a gwnewch hashtag ar gyfer
eich cyfenw e.e. #TeuluJones

■ **Anfonwch e-bost** at
johnmuiraward@arfordirpenfro.org.uk

■ **Ewch i Ganolfan y Parc Cenedlaethol** yn Oriel y Parc,
Castell Henllys neu Gastell Caeriu a dangoswch i un o'n staff

■ **Hyd yn oed trwy'r post!** Gwobr John Muir, Tim Darganfod,
APCAP, Parc Llanion, Doc Penfro SA72 6DY
(Cofiwch gynnwys eich manylion cyswllt!)

Darganfod mwy am:

Gwobr John Muir www.johnmuirtrust.org/john-muir-award

John Muir y dyn ei hun www.discoverjohnmuir.com

Y Wobr yn Sir Benfro www.parfordirpenfro.org.uk/gwobrjohnmuir
(Taflenni gweithgareddau y gellir eu lawr-lwytho)

neu ffoniwch y Tim Darganfod ar 01646 624856.



Parc Cenedlaethol Arfordir Penfro
Pembrokeshire Coast National Park

Dechreuwch!

Darganfyddwch Fannau Gwyllt
- gallai'r rhain fod yn ein Parc
Cenedlaethol gwyh, rhywle yn
agos i'ch tŷ neu yn eich gardd

Archwiliwch Fannau Gwyllt
- dewch i'w adnabod nhw
mewn ffyrdd gwahanol,
defnyddiwch eich corff, eich
synhwyrau a MWYNHEWCH.

Gwarchodwch Fannau Gwyllt
- gwnewch rai pethau i helpu
lleoedd gwyllt tra'ch bod chi
ynddynt, neu wrth fynd adref!

Rhannwch Fannau Gwyllt
- yr hyn rydych chi wedi'i wneud, ei weld,
ei feddwl a'i deimlo! Siaradwch â rhywun,
anfonwch lun, neu neges, neu dynnwch lun.

e.e. Diwrnod 1 **Cofnod** o'r llamidyddion a
welwyd oddi ar Ben Caer



Adolygiad Pedair Her

Ticiwch y blychau hyn

Ydyn ni wedi gorffen eto?

Darganfyddwch fan gwyllt

Pa fannau gwyllt ydych chi wedi'u darganfod?
Beth oeddych yn ei hoffi, neu ddim yn ei hoffi?
Beth sy'n arbennig amdanynt?

- ☐ Rydym wedi treulio pedwar diwrnod / 30 awr ar ein
Gwobr John Muir
- ☐ Rydym wedi llenwi'r Adolygiad Pedair Her hwn (isod)!

Archwiliwch ei wylltrwydd

Pa weithgareddau man gwyllt ydych chi wedi'u gwneud?

Gwarchod (cymryd cyfrifoldeb)

Beth ydych chi wedi'i wneud i wneud gwahaniaeth
a rhoi rhywbeth yn ôl i'r mannau gwyllt?

Rhannwch eich profiadau

Sut ydych chi wedi rhannu eich profiadau o fannau gwyllt,
a gyda phwy? Beth ydych chi wedi ei feddwl, a sut ydych
chi'n teimlo?

Roedden ni allan ymhob
tywydd yn cael **amser**
rhyfeddol.

Amser Llawn
Hwyl i'r Teulu!

Fe helpodd Gwobr
Teulu John Muir ni i
ddod at ein gilydd
fel teulu.

Fe ddysgon ni i gyd
rhywbeth a chael ein
hysgogi i fynd allan
mwy ar ein pen ein
hunain.

Rydyn ni'n
caru Sir Benfro
- mae'n hyfryd cael
rhoi rhywbeth yn ôl.

Fi yw John Muir!

Mae rhai yn meddwl amdanaf fel Tad y
Parciau Cenedlaethol. Bydd y wobr hon yn
eich helpu chi i **Ddarganfod** o **gofalu**
am fannau gwyllt yn **unrhyw le** gan
ddechrau gyda **Pharc Cenedlaethol**
Arfordir Penfro!

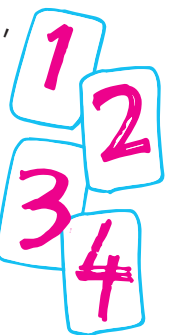
Sut?

Bydd angen i chi:

- Treulio amser yn **Darganfod**
Mannau Gwyllt, tua 30 awr i gyd.
- **Archwilio** Mannau Gwyllt - gallai
fod yn daith, sesiwn gweithgaredd,
neu dim ond ymlacio a gwylio.
- Gwneud rhywbeth i ofalu
(**Gwarchod**) am fannau gwyllt.
- Dywedwch wrthon ni ac eraill
(**Rhannu**) am eich profiadau -
bydd angen i chi ddangos
hyn i ni i gael eich gwobr!



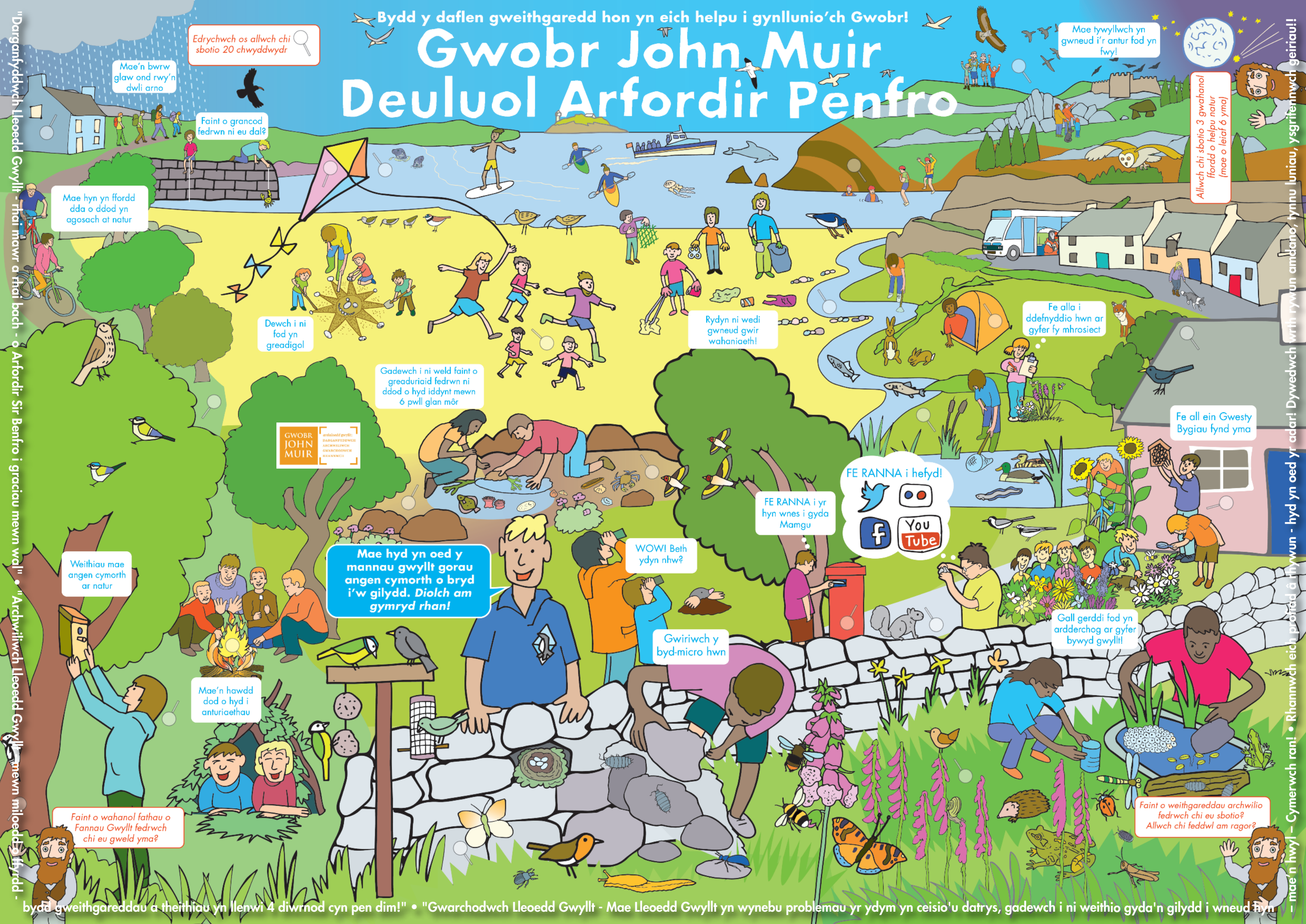
YNGHYLCH



BYDDIAN



Pan fyddwch wedi cwblhau eich antur a gwneud eich Adolygiad Pedair Her, cysylltwch â ni
(gweler **Adran gwybodaeth ddefnyddiol y canllaw hwn**). Byddwn yn ei wirio ac
yna'n rhoi gwybod i chi pryd y gallwch ddisgwyl tystysgrif gan Ymddiriedolaeth John
Muir fel datiliad o'ch **cyflawniad anhygoel**. Ac os nad yw hynny'n ddigon -
byddwch chi'n gallu ymuno â ni mewn **digwyddiadau dathlu unigryw!**



Bydd y daflen gweithgaredd hon yn eich helpu i gynllunio'ch Gwobr! Gwobr John Muir Deuluol Arfordir Penfro

Edrychwch os allwch chi
sbotio 20 chwyddwydr

Mae'n bwrw
glaw ond rwy'n
dwli arno

Faint o grancod
fedrwn ni eu dal?

Mae hyn yn ffordd
dda o ddod yn
agosach at natur

Dewch i ni
fod yn
greadigol

Gadewch i ni weld faint o
greaduriaid fedrwn ni
ddod o hyd iddynt mewn
6 pwl glan môr

Rydyn ni wedi
gwneud gwir
wahaniaeth!

Fe alla i
ddefnyddio hwn ar
gyfer fy mhrosiect

Fe all ein Gwesty
Bygiau fynd yma

GWOBR
JOHN
MUIR

FE RANNA i hefyd!

FE RANNA i yr
hyn wnes i gyda
Mamgu



Weithiau mae
angen cymorth
ar natur

Mae hyd yn oed y
mannau gwyllt gorau
angen cymorth o bryd
i'w gilydd. Diolch am
gymryd rhan!

WOW! Beth
ydyn nhw?

Gwiriwch y
byd-micro hwn

Mae'n hawdd
dod o hyd i
anturiaethau

Gall gerddi fod yn
ardderchog ar gyfer
bywyd gwyllt!

Faint o wahanol fathau o
Fannau Gwyllt fedrwn
chi eu gweld yma?

Faint o weithgareddau archwilio
fedrwn chi eu sbotio?
Allwch chi feddwl am ragor?

Mae tywyllwch yn
gwneud i'r antur fod yn
fwy!

Allwch chi sbotio 3 gwahanol
ffordd o helpu natur
(mae o leiaf 6 yma)

"Darganfyddwch Lleedd Gwyllt - rhai mawr a rhai bach - o Arfordir Sir Benfro i graciau mewn wal!" • "Archwiliwch Lleedd Gwyllt - mewn miloedd o ffordd - bydd gweithgareddau a theithiau yn llenwi 4 diwrnod cyn pen dim!" • "Gwarchodwch Lleedd Gwyllt - Mae Lleedd Gwyllt yn wynebu problemau yr ydym yn ceisio'u datrys, gadewch i ni weithio gyda'n gilydd i wneud hyn"

mae'n hwyl - Cymerwch ran! • Rhannwch eich profiad â rhywun - hyd yn oed yr adar! Dywedwch wrth rhywun amdano, tynnu luniau, ysgrifennwch geiriau!