

50+ Corff Actif
Meddwl Iach

Gŵyl y Gwanwyn

Rithwir



Pryd? 4 Ebrill - 8 Ebrill 2022

**Sut? Ymunwch â ni ar Microsoft Teams ac mewn Cyfarfodydd Cymunedol
I gael mwy o wybodaeth E-bostiwch: CydlynnyddCymunedol@caerdydd.gov.uk
Ffôn: 02920 234234**

Gwasanaethau Byw'n Annibynnol



Diwrnod 1 Dydd Llun 4 Ebrill 2022 **Beth sydd ymlaen?**

11am-1pm Clwb Coffi yn The Plough, Yr Eglwys Newydd (sesiwn gymunedol) Sesiwn gelf Creative Lives
11am-1pm Clwb Cinio yn The Village Inn, Pentwyn
(sesiwn gymunedol) Sgwrs Tai Chi gyda June
3pm-4pm Coginio yn y Gymuned Hybiau a Llyfrgelloedd Caerdydd (sesiwn ar-lein)

Diwrnod 2 Dydd Mawrth 5 Ebrill 2022 **Beth sydd ymlaen?**

11am-1pm Clwb Cinio yn The Church Inn, Llanisien
(Sesiwn Gymunedol) Sesiwn chwaraeon wrth eistedd RISE
11am-1pm Taith Gerdded yn y Gymuned gyda Jane, Hybiau
a Llyfrgelloedd (Sesiwn Gymunedol)
Dewch i gwrdd wrth Gwrt Insole, Llandaf am 11am
3-5pm Clwb Cymdeithasol Memory Lane (Sesiwn Ar-lein)
I bobl sy'n byw â dementia a'u gofalwyr

Diwrnod 3 Dydd Mercher 6 Ebrill 2022 **Beth sydd ymlaen?**

11am-1pm Clwb Cinio 50+ yn Tŷ Nant Inn, Pentre-poeth (Sesiwn Gymunedol)
Sesiwn Atgofion Chwaraeon Cymru
1pm-2pm Hel atgofion yn fisol gydag Amgueddfa Caerdydd
Thema Cerddoriaeth (Sesiwn pontio'r cenedlaethau ar-lein)
3-4pm Gwau a Sgwrsio Hybiau a Llyfrgelloedd Caerdydd (Sesiwn Ar-lein)

Diwrnod 4 Dydd Iau 7 Ebrill 2022 **Beth sydd ymlaen?**

10am-11am Atgofion Chwaraeon Clwb Caerdydd (sesiwn ar-lein)
11am-12.30pm Bore Coffi Cymunedol yn Eglwys y Santes Fair,
Butetown Tai chi a Chrefftau gyda Jeanette (Sesiwn gymunedol)
1pm-3pm Clwb Cinio yng Nghaffi Hyb Trelái Sesiwn Criced Cloc

Diwrnod 5 Dydd Gwener 8 Ebrill 2022 **Beth sydd ymlaen?**

Digwyddiad Ar-lein gan y Gwasanaethau Byw'n Annibynnol 10am-3pm
10.00am (cwrdd a chyfarch)
10.15 am-10.45 am Tai Chi gyda Jeanette
11.00am-12.00pm Gwrando ar ddrama lafar, Peerless gan Owen Thomas
wedi'i ddilyn gan sesiwn holi ac ateb gyda'r awdur a Theatr y Sherman
12-1pm Egwyl Ginio
1pm-1.30pm Sesiwn garddio ar-lein gyda Grow Cardiff
1.30pm-2pm Sesiwn Gelf Ar-lein gyda Creative Lives
2pm-2.30pm Canu a Gwenu Goldies Cymru (Cheryl)
2.30pm-3pm Raffl

I gael rhagor o wybodaeth
cysylltwch â 02920234234



50+
Corff Actif
Meddwl Iach

Gŵyl
y Gwanwyn
Rithwir

