Ymddiriedolaethau Natur **Cymru**
Wildlife Trusts **Wales**

30 Diwrnod Gwyllt

2025

Antur WYLLT Canllaw
i blant, rhieni / gwarcheidwaid
ac addysgwyr

WWW.WILDLIFEWATCH.ORG.UK/30DAYSWILD

YDYCH CHI'N BAROD AM FIS LLAWN HWYL AC ANTUR?

A bywyd gwyllt, wrth gwrs!
(Does dim angen dweud hynny, nagoes?)

Wel, mae 30 Diwrnod Gwyllt yma i roi'r esgus perffaith i chi. Defnyddiwch y canllaw yma i'ch helpu chi a'r plant rydych chi'n gyfrifol amdanyn nhw i wneud y gorau o'ch mis gwyllt. Boed hynny'n weithgaredd y dydd neu'n osod nod wythnosol drwy gydol mis Me hefin, mae 30 Diwrnod Gwyllt yma i'ch helpu chi i gysylltu â byd natur, cefnogi bywyd gwyllt a mwynhau'r awyr agored. Byddwch yn barod i archwilio, symud, creu a darganfod!

I gael gwybod mwy, sganiwch y cod QR

WYTHNOS UN: Helpu bywyd gwyllt lle rydych chi'n byw (1^{af} – 8^{fed} Mehefin)

Mae angen ein help ni ar fywyd gwyllt! Dyma rai syniadau y gallech chi roi cynnig arnyn nhw yr wythnos yma i helpu i wneud gwahaniaeth:

- Ewch i gasglu sbwriel yn eich cae chwarae, yn y parc lleol neu ar y traeth.
- Gadewch fwyd a dŵr allan i adar a bywyd gwyllt arall
- Adeiladwch westy pryfed, tŷ adar neu gartref draenogod yn eich gardd.
- Plannwch hadau a thyfu eich blodau gwyllt, perlysiau neu lysiau eich hun a helpu pryfed peillio ar yr un pryd.

WYTHNOS DAU: Symud fel bywyd gwyllt (9^{fed} - 15^{fed} Mehefin)

Mae symud eich corff y tu allan ym myd natur yn llawer o hwyl! Beth am roi cynnig ar rai o'r gweithgareddau gwyllt yma:

- Casglwch oedolion a phlant i fynd allan ar antur grŵp – archwilio parc, coetir neu lwybr natur newydd.
- Rhowch gynnig ar ioga bywyd gwyllt – pwy yw'r gorau am ymestyn fel llwynog neu gadw balans fel crëyr glas?
- Dawnsiwch fel eich hoff anifail – gwibio fel gwenynen fêl neu neidio fel garan!
- Chwaraewch fingo synhwyraidd – defnyddiwch eich synhwyrau i ddod o hyd i wahanol weadau, arogleuon a synau ym myd natur.
- Rhowch gynnig ar ymdrochi yn y goedwig – eistedd yn dawel ymysg coed, gwrando ar y synau a mwynhau'r heddwch.

WYTHNOS TRI: Dysgu am fywyd gwyllt (16^{eg} – 22^{ain} Mehefin)

Mae byd natur yn llawn rhyfeddodau! Defnyddiwch yr wythnos yma i wella eich gwybodaeth am fywyd gwyllt a'ch sgiliau adnabod:

- Edrychwch ar y poster a'r taflenni gweithgarwch yn eich pecyn am ffeithiau rhyfeddol am infertebrata. Allwch chi weld unrhyw rai wrth archwilio?
- Darllenwch lyfr am fyd natur – mae cymaint o straeon a ffeithiau rhyfeddol i'w darganfod!
- Lawrlwythwch ganllaw adnabod i weld faint o greaduriaid allwch chi ddod o hyd iddyn nhw.
- Gwnewch eich canllaw natur eich hun – tynnu llun ac ysgrifennu am y planhigion a'r anifeiliaid sy'n agos atoch chi.
- Ymunwch â sgwrs bywyd gwyllt a dysgwch gan arbenigwyr.

WYTHNOS PEDWAR: Bod yn greadigol gyda byd natur (23^{ain} – 29^{ain} Mehefin)

Yr wythnos yma beth am i ni fod yn greadigol gyda byd natur. Beth am roi cynnig ar rywbeth newydd? Dyma rai syniadau i chi...

- Dechreuwch gadw dyddiadur natur – tynnu llun, ysgrifennu neu ludo dail a phetalau arbennig ynddo.*
- Ewch ati i greu llun gwyllt gan ddefnyddio dail, brigau a blodau*
- Ysgrifennwch stori am anifail neu antur wyllt hudolus.
- Gwasgwch flodau i wneud addurniadau naturiol hardd.*
- Byddwch yn greadigol gyda'ch gwastraff a gwneud compost o sborion cegin. Ffordd wych o ddysgu am sut mae byd natur yn ailgylchu.

*** Peidiwch â chasglu blodau gwyllt!** Dewiswch flodau sydd wedi syrthio neu'r rhai yn eich gardd chi.

EICH ANTUR WYLLT

Rhannwch eich profiadau gyda ffrindiau a theulu ac ysbrydoli eraill i gofleidio'r gwyllt!

Beth am i ni wneud 30 Diwrnod Gwyllt 2025 y mwyaf cyffrous eto! Beth fyddwch CHI'N ei wneud gyntaf?

Oedolion: Tagiwch ni yn eich negeseuon ar gyfryngau cymdeithasol gan ddefnyddio #30DaysWild neu anfonwch e-bost atom ni yn 30DaysWild@wildlifetrusts.org i rannu eich anturiaethau! Mwy nag un plentyn? Mae croeso i chi lungopïo unrhyw un o'r taflenni gweithgarwch yn y pecyn yma.

LAWRLWYTHWCH EICH TYSTYSGRIF

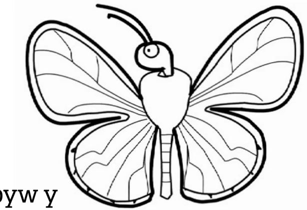
Wedi cwblhau EICH mis gwyllt? Rydych chi'n wir arwr gwyllt. Edrychwch allan am e-bost oddi wrthym ar Fehefin 30 gyda'ch tystysgrif 30 Diwrnod Gwyllt a'i ddangos gartref, yn y feithrinfa neu yn eich ysgol!

Credydau ffoto - Tom Marshall, Helena Dolby, Jon Hawkins

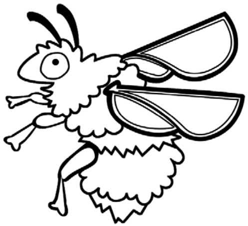
Wildlife Watch

Mân drychfilod

Gwyfyn teigr yr ardd

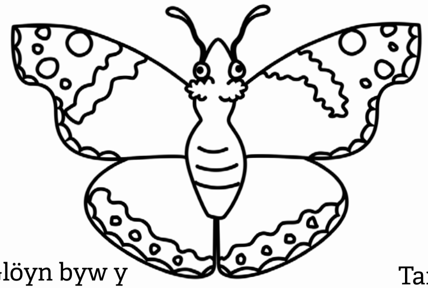


Glöyn byw y glesyn cyffredin

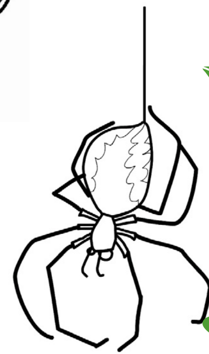


Cacynen

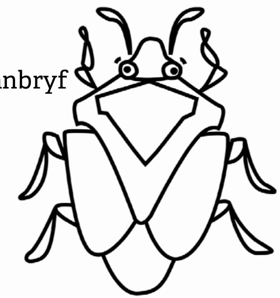
Gwas y neidr



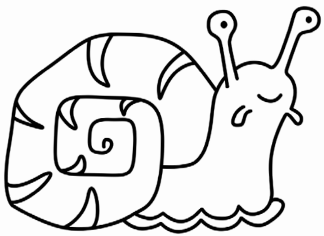
Glöyn byw y fantell goch



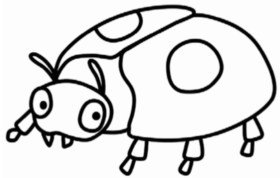
Pryf copyn yr ardd



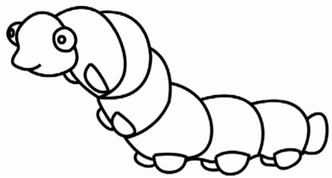
Tarianbryf



Malwen



Buwch gota



Lindysyn

www.wildlifewatch.org.uk

ENW: .... OEDRAN: ....