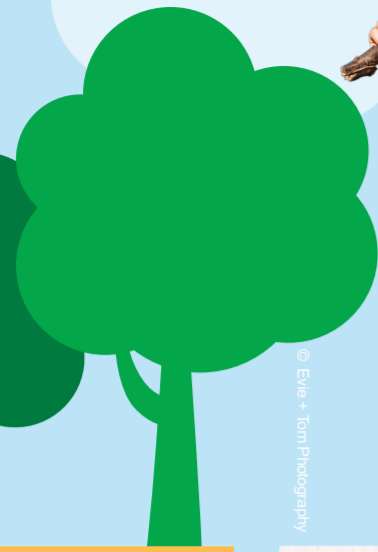




#30DaysWild



Mae ein bywydau'n well pan eu bod ychydig yn wyllt

Tynnwch lun neu nodwch eich Gweithredoedd Gwyllt dyddiol a sut oedden nhw'n gwneud i chi deimlo.

Rhannwch eich hoff Weithredoedd Gwyllt, eich lluniau a'ch llefydd gwyllt gyda ni.

#30DaysWild



8

Brecwast Gwyllt Mawr

wildlifetrusts.org/big-wild-breakfast

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18 30 Days WildLIVE

19 Gwersylla Gwyllt Mawr

20 Cwis Gwyllt Mawr

Penwythnos Gwyllt Mawr

wildlifetrusts.org/big-wild-weekend

21

22

23

24

25

26

27

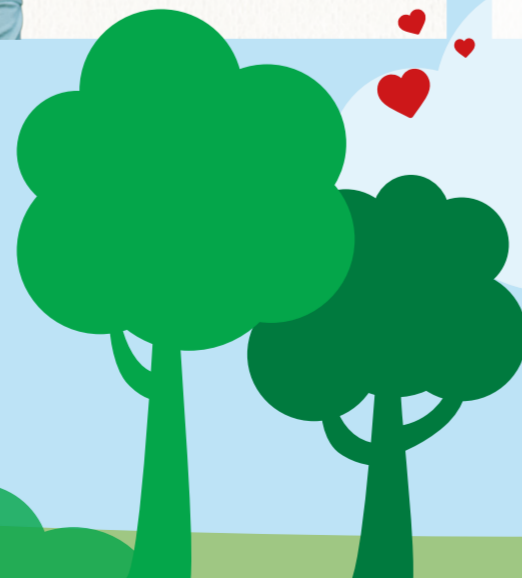
28

29

30

Gobeithio eich bod chi wedi mwynhau eich mis gwyllt. Fedrwch chi fod yn Wyllt am Byth?

Chwiliwch am fywyd gwyllt gyda'ch Ymddiriedolaeth Natur wildlifetrusts.org



Bwrdd Natur



Defnyddiwch y dudalen yma i gasglu pethau o'ch anturiaethau yn y gwyllt...
O fwd i fwsogl neu aeron i ganghennau, gwnewch cymaint o lanast ag y gallwch chi!



#30DaysWild



Creigiau, cerrig,
ffosilau ac esgyrn

Moch Coed
a hadau

Plu a
Ffwr

Mwsogl
a mwd

Dail a
brigau

Petalau a
Glaswelltau

Cofiwch, peidiwch â chasglu blodau gwyllt

Traciwr cynnydd

Pa mor WYLLT yw eich dosbarth chi?

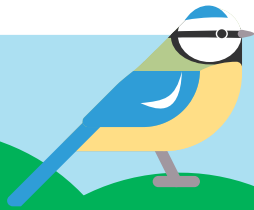


#30DaysWild

© SDI Producers/Stock

Enw	Hapweithredoedd Gwyllt
Ffion Morgan	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>





#30DaysWild

Ysgolion a Grwpiau Ieuenc'tid

Ar gyfer addysgwyr



wildlifetrusts.org/30DaysWild

Croeso i 30 Diwrnod Gwylt

Cover: @Evia + Tom Photography

Yn yr Ymddiriedolaethau Natur, rydyn ni'n gwybod bod plant gwylt yn blant hapus. Drwy uno ein byd natur prysur ac iach gyda'r amgylchedd dysgu, gall plant weld pethau o bersectif newydd, gan ennyn creadigrwydd a brwdfrydedd ffres. Rydyn ni'n gobeithio y bydd y pecyn 30 Diwrnod Gwylt yma'n helpu gyda hynny ac yn dod o hyd i angerdd dros ein bywyd gwylt rhyfeddol!

Mae'n llawn ffyrdd i wneud eich 30 Diwrnod Gwylt yn antur i'w chofio. Gadewch i natur eich arwain chi drwy gael eich ysbrydoli gan goed, glöynnod byw a gwenyn. Beth am fod yn wyllt a chreu gweithgareddau eich hun yn ogystal â chymryd rhan yn y rhai yn y pecyn yma? Rydyn ni'n edrych ymlaen yn fawr at weld beth fyddwch chi'n ei wneud. Rydych chi'n ymuno â miloedd o bobl ar y siwrnai wyllt yma ym mis Mehefin, felly cofiwch gael yr wybodaeth ddiweddaraf amdany'n nhw drwy ddilyn **#30DaysWild** ar gyfryngau cymdeithasol a rhannu eich antur eich hun.

Chwiliwch am lond gwlad o adnoddau i'w lawrlwytho (gan gynnwys taflenni adnabod bywyd gwylt a thafleini gweithgarwch) yn wildlifewatch.org.uk

Y WYDDONIAETH: Ydi bod ym myd natur wir yn llesol i mi a fy mhlant?

Yn sicr, bendant, dim amheuaeth! Rydym wedi bod yn gweithio gyda Phrifysgol Derby am bum mlynedd yn olynol, gan edrych ar sut mae 30 Diwrnod Gwylt yn effeithio ar iechyd a lles y rhai sy'n cymryd rhan. Daeth yr adroddiadau i gyd i'r casgliad bod cyfranogwyr yn teimlo'n llawer hapusach, iachach ac yn fwy cysylltiedig â natur ar ôl cwblhau'r her, ac am fisoedd ar ôl hynny hefyd! Nid yn unig hynny, ond mae cyfranogwyr yn cymryd mwy o gamau i fod o fudd i'r amgylchedd. Rydym hefyd wedi gwneud rhywfaint o waith ymchwil gyda Choleg Prifysgol Llundain sy'n ategu hyn. Cymerwch olwg ar wtru.st/nature-nurtures-children am fwy o wybodaeth!

Felly ewch ati i feithrin y plentyn gwylt mewnlol a helpu eich plant i brofi 30 diwrnod bythgofiadwy!

Gwneud eich binocwlars eich hun



Bydd angen

- Dau diwb cardbord (fel o ganol papur tŷ bach)
- Llinyn
- Papur
- Siswrn
- Gliw
- Band lastig
- Tyllwr neu ben
- Pennau blaen ffelt (dewisol)

- 1 Torrwch eich papur i'w faint, yna rhoi'r gliw ar eich tiwbiau a gliwio'r papur o'u cwmpas.
- 2 Gyda phen neu dyllwr, gwnewch dwll yn ochr pob tiwb, tuag un rhan o dair o'r ffordd i lawr.
- 3 Gliwiwch y ddau diwb at ei gilydd fel bod y tyllau'n gwnebu at allan.
- 4 Rhwch llinyn yn un o'r tyllau o'r ochr allan i'r tiwb. Tynnwch ef drwy'r tiwb a chlymu â cwlwm mawr ynddo. Tynnwch y llinyn yn ôl yn ofalus o'r tu allan. Gwnewch yr un peth ar yr ochr arall.
- 5 Rhwch fand lastig o gwmpas y tiwbiau tra bydd y gliw'n caledu. Gadewch iddynt sychu dros nos.
- 6 Tynnwch y band lastig a'u haddurno'n brydferth!
- 7 Ewch i chwilio am fywyd gwylt!

Bydd y cwlwm yn rhwystro'r llinyn rhag dod yn ôl drwy'r twll.

www.wildlifewatch.org.uk

Glöynnod byw

Gwyfynod

30 DAYS WILD



1-30 Mehefin



Sut i wneud eich ysgol neu eich grŵp ieuenctid yn fwy eco-gyfeillgar

Wrth i ni wynebu argyfwng hinsawdd a byd natur, mae'n bwysicach nag erioed ein bod ni'n gwarchod ein byd gwyllt rhyfeddol, felly dyma rai syniadau i'ch cael chi i ddechrau arni yn eich ysgol neu eich grŵp ieuenctid.



© Halfpoint/Shutterstock

GADAEI DARN GWYLLT NEU BLANNU DŌL FECHAN

Rydyn ni wedi colli 97% o'n dolydd gwerthfawr o flodau gwyllt ers y 1930au, felly gall gadael i ddarn fynd yn wyllt ar eich cae chwarae neu greu dŏl fechan mewn boc ffenest roi help llaw enfawr i fyd natur. Gweithredwch dros bryfed drwy blannu hadau blodau gwyllt brodorol a gwyllo'r pryfed peillio gwerthfawr yn ffynnu!
wtru.st/grow-wild-patch

TYFU LLYSIAU NEU BERLYSIAU


Mae cornel llysiau fechan yn helpu plant i faeddu eu dwylo a dysgu o ble mae bwyd yn dod. Ewch ati i dyfu un math o lysieuyn neu fynd amdani gyda thŷ gwyr. Cofiwch ddefnyddio compost heb fawn ac osgoi cemegau os yw hynny'n bosib, er mwyn cadw ein bywyd gwyllt yn hapus! Bydd yn ddiwrnod da pan fydd cyfle i chi fwynhau ffrwyth (neu llysiau!) eich llafur!
wtru.st/grow-vegetables

LLEIHOU GWASTRAFF

Mae addysgu pobl ifanc am ailgylchu, lleihau ac aildefnyddio yn bwysig iawn, ac mae eu haddysgu am sut i leihau defnydd o blastig yn fan cychwyn gwych! Fe allech chi osod her ailgylchu i weld pa ddsbarth sy'n llwyddo i ailgylchu fwyaf, gwneud celf allan o blastig neu gael y plant i wneud posteri i'w gosod o amgylch yr ysgol! Beth am gael eich ysbrydoli gan flwyddyn heb blastig Bex:
wtru.st/plastic-clear-year



UNO EICH ECO-RYFELWYR

Ewch ati i greu tîm gwyrdd, rhoi enw iddo a chyfarfod bob mis i siarad am beth allwch chi ei wneud i wneud yr ysgol neu'r grŵp ieuenctid yn fwy amgylcheddol gyfeillgar. Rydyn ni'n annog bathodynau!


BETH AM GYNNAL DIGWYDDIAD CODI ARIAN GWYLLT AR GYFER EICH YMDDIRIEDOLAETH NATUR

Maer Ymddiriedolaeth Natur ble rydych chi'n byw yn gofalu am fywyd gwyllt a llefydd gwyllt bob dydd. Helpwch yr Ymddiriedolaeth i wneud mwy drwy gynnal digwyddiad codi arian! O ddiwrnod gwisg ffansi gwyllt i gynnal arwerthiant pobi ar thema bywyd gwyllt, mae cymaint o ffyrdd i gymryd rhan mewn gwarchod bywyd gwyllt. Byddwch yn greadigol ac yn wyllt! Am ysbrydoliaeth, edrychwch ar: wtru.st/fundraise

Mynd i gasglu sbwriel neu lanhau traeth



Rhaid cael:

- oedolyn i helpu
- criw o ffrindiau (dewisol ond defnyddiol!)
- menig garddio trwchus
- bagiau bin cryf
- dillad lliwgar (er mwyn i bobl allu dy weld di yn ymyl ffyrdd)
- esgidiau addas (esgidiau cryf ar gyfer traethau creigiog)

Gofyn i oedolyn fynd i gasglu sbwriel neu lanhau traeth

Gofyn i oedolyn os nad wyt ti'n siŵr a ddylet ti gasglu rhywbeth.

Paid â gorlenw'r bagiau rhag iddyn nhw rwygo.

Gallet ti geisio gwahanu'r sbwriel i wahanol fagioau ar gyfer ailgylchu.

Pethau i'w hosgoi

- gwyrdd wedi torri
- gwrthrychau miniog
- bagiau baw ci
- unrhyw beth budr neu beryglus
- sbwriel mawr neu trwm
- poteli o hylif



www.wildlifewatch.org.uk

© doble-d/Stock

Delweddau: Corinne Welch (c) Halfpoint/Shutterstock Natur 2015

Coeden Fy Stryd



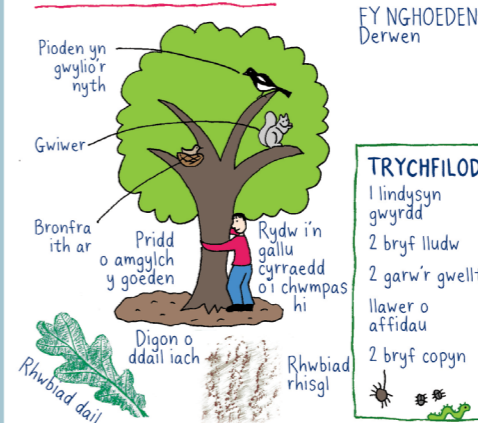
Ydych chi wedi stopio erioed i edrych yn fawr ar eich gardd agosaf neu goed ar y stryd? Pa fath o goed ydyn nhw? Beth yw eu hoedran? Ydyn nhw'n bwysig i fywyd gwyllt? Oes adar yn clwydo neu nythu ynddyn nhw?

Bydd arnoch angen y canlynol:

- Dalen o bapur gwag a chlipfwrdd
- Papur a chreionau ychwanegol
- Chwydd-wydr neu bot pryfed
- Siart neu lyfr adnabod trychfilod
- Tâp mesur (dewisol)
- Taflen adnabod dail neu siart adnabod coed

- 1 Tynnwch lun eich coeden yng nghanol y papur. Defnyddiwch daflen adnabod dail i geisio ei hadnabod.
- 2 Glynwch ddeilen sydd wedi syrthio ar y papur neu rwbio deilen gan ddefnyddio papur a chreionau.
- 3 Defnyddiwch chwydd-wydr neu botyn i weld pa drychfilod sy'n byw yn eich coeden.
- 4 Pa mor drwchus yw ei boncyff? Fedrchw chi ei mesur ar uchder eich brest gyda thâp mesur? Fedrchw chi ei chofleidio?
- 5 Oes gan y goedden ddigon o ddail iach a phridd o amgylch ei boncyff?
- 6 Pa fywyd gwyllt arall sy'n byw yn y goedden? Rhowch eich holl ganfyddiadau ar eich llun o'r goedden.

DYDDIAD: 14 Mehefin 2020



PENDERFYNIAD: Rydw i'n meddwl bod fy nghoeden yn iach

www.wildlifewatch.org.uk

Illustration: Corinne Welch © Copyright Royal Society of Wildlife Trusts 2015

Gweithgaredd: Plethu nyth aderyn

Ewch ati i geisio plethu nyth aderyn – mae wir yn gwneud i chi werthfawrogi pa mor anodd yw gwaith adar!

Bydd arnoch angen

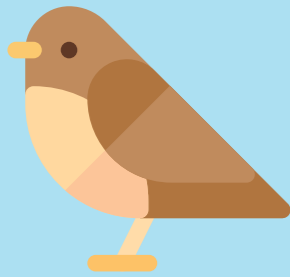
- Brigau
- Glaswelltau
- Gwellt
- Dail
- Papur

Beth i'w wneud

1. Gofynnwch i aelodau'r grŵp greu nyth allan o'r deunyddiau sydd ar gael ar y cae chwarae neu yn yr ardal gyfagos. Berwch ychydig o wyau – a'u gwneud yn rhan o'r her – mae'n rhaid i'r nyth fod yn ddigon cryf i'w dal nhw!
2. Rholiwch y papur i ddyrnedd wyau adar a gwynt yn ddiogel yn eu nyth newydd.
3. I gynnig mwy o her, gofynnwch iddynt godi deunyddiau gan ddefnyddio eu bys cyntaf a chanol yn unig i ddyrnedd pig aderyn!
4. Os oes coeden wrth law, beth am roi eich nythod arni i weld ydyn nhw'n ddigon cadarn? Mae hon yn ffordd dda o ddarganfod pa mor gymhleth a chywraint sydd raid i nythod fod. Gwnewch yn siŵr eich bod yn tynnu'r holl nythod ffug oddi ar y goeden ar ôl eu profi.



© Lizzie Wilberforce



Gêm: Gwyfynod ac ystlumod

Mae hon yn gêm adnabyddus sy'n edrych ar fydd ystlumod a sut maen nhw'n defnyddio sonar i hela gwyfynod a phryfed eraill.

Bydd arnoch angen

- Un mwgwd

Beth i'w wneud

1. Esboniwch wrth y plant bod ystlumod yn gwneud sŵn uchel a main iawn y maen nhw'n gallu ei glywed yn bownsio oddi ar wrthrychau, fel gwyfynod, y maen nhw'n eu hela fel bwyd. Mae hyn yn cael ei alw'n atsain-leoli – defnyddio atsain i leoli rhywbeth.
2. Trefnwch bawb mewn cylch.
3. Dewiswch un person i fod yn ystlum a gwneud pawb arall yn wyfyn.
4. Rhowch fwgwd ar yr 'ystlum' (ar gyfer tywyllwch nid i fod yn ddall mae hyn – dydi ystlumod ddim

nythod oddi ar wrthrychau, fel gwyfynod, y maen nhw'n eu hela fel bwyd. Mae hyn yn cael ei alw'n atsain-leoli – defnyddio atsain i leoli rhywbeth.

nythod oddi ar wrthrychau, fel gwyfynod, y maen nhw'n eu hela fel bwyd. Mae hyn yn cael ei alw'n atsain-leoli – defnyddio atsain i leoli rhywbeth.

nythod oddi ar wrthrychau, fel gwyfynod, y maen nhw'n eu hela fel bwyd. Mae hyn yn cael ei alw'n atsain-leoli – defnyddio atsain i leoli rhywbeth.



© Richard Burkin

Sêr cyfryngau cymdeithasol

Weithiau mae ysbrydoliaeth gan bobl eraill yn bwysig iawn felly dyma rai negeseuon ar gyfryngau cymdeithasol am yr her y llynedd. Mae miloedd yn rhagor fel y rhain felly chwiliwch am #30DaysWild ac fe gewch chi hyd i ddigonedd ohonyn nhw!



Heriodd Ysgol Gynradd Abermorddu yng ngogledd Cymru Flwyddyn 4 i rasio am enfys ym myd natur, a thynnu lluniau o'r hyn wnaethant ei ganfod. Roedd tynnu lluniau'n ffordd wych o gymryd rhan yn 30 Diwrnod Gwyllt wrth addysgu gartref yn ystod cyfyngiadau symud Covid-19 yn 2020. Dywedodd athrawes y dosbarth yma bod "30 Diwrnod Gwyllt yn galluogi'r plant i gysylltu â byd natur a hefyd mwynhau treulio amser yn yr awyr agored gyda'u teuluoedd."



Mae Helen yn athrawes yn Rhydychen. Ar ôl cymryd rhan yn 30 Diwrnod Gwyllt 2019 dywedodd: "Mae 30 Diwrnod Gwyllt yn her wych i ysgolion. Mae'n helpu i gysylltu plant â'u hamgylchedd lleol a gall fod yn gatalydd ar gyfer diddordeb oes mewn byd natur. Mae'r plant yn rhyfeddu bob amser ac yn fuan iawn maen nhw'n awgrymu gweithgareddau ac yn dod â phethau i mewn ar gyfer y bwrdd natur. Rydw i wrth fy modd!"



Mae Miss Cardwell yn gweithio mewn ysgol yn Sir Caerhirfryn, ac er gwaethaf blwyddyn anodd gyda chyfyngiadau Covid-19, dywedodd mai 30 Diwrnod Gwyllt oedd "y ffordd berffaith o ennyn diddordeb ein plant ni yn yr harddwch o'u cwmpas nhw. Roedd yn cael y plant allan gyda'u teuluoedd, gan greu llawer o atgofion arbennig bob dydd. Rhywbeth rodden ni ei angen i gyd."



Aeth Ysgol Gynradd Corstorphine yng Nghaeredin ar daith gerdded wyllt y synhwyrau i roi cychwyn i'w her y llynedd. Dyma ffordd ryfeddol o ryngweithio gyda byd natur!

Os oes gan eich ysgol, meithrinfa neu grŵp ieuentid gyfrif ar gyfryngau cymdeithasol, byddem wrth ein bodd yn dilyn eich siwrnai chi. Cofiwch ddefnyddio'r hashnod #30DaysWild a'n tagio ni ar Twitter @30DaysWild neu ddod o hyd i'n grŵp ni ar Facebook!



Pam mae'r Ymddiriedolaethau Natur eisiau gweld pob plentyn yn wyllt?

Dylai pawb gael cyfle i brofi pleser bywyd gwylt yn eu bywyd bob dydd.

Ym mis Tachwedd 2019, buom yn gweithio gyda Choleg y Brifysgol Llundain ar astudiaeth yn edrych ar sut mae profiad o fyd natur o fudd i blant. Gwelodd yr astudiaeth bod y canlynol yn wir ar ôl cymryd rhan mewn gweithgareddau o dan arweiniad Ymddiriedolaeth Natur:



84%

o blant yn teimlo eu bod yn gallu gwneud pethau newydd wrth roi cynnig arni

79%

o blant wedi dweud eu bod yn teimlo'n fwy hyderus ynddyn nhw eu hunain

81%

yn cytuno bod ganddynt berthnasoedd gwell gyda'u hathrawon

79%




yn dweud bod ganddynt berthnasoedd gwell gyda'u cyd-ddisgyblion

Nid yw'n hawdd ymgolli ym myd natur bob amser os oes llawer o lwyd yn ardal eich ysgol chi. Gobeithio y bydd 30 Diwrnod Gwylt yn eich helpu chi i sylwi ar fyd natur o'ch cwmpas a dod o hyd iddo, ble bynnag ydych chi.

Bod yn wyllt gyda'ch Ymddiriedolaeth Natur

Mae'r Ymddiriedolaethau Natur yn rhoi cyfle i filiynau o bobl gysylltu â byd natur yn y cymunedau lle maen nhw'n byw ac yn gweithio. Mae ein staff a'n gwirfoddolwyr yn gweithio gyda miloedd o ysgolion drwy eu croesawu i'n gwarchodfeydd natur a'n canolfannau addysg, a thrwy ymweld ag ysgolion i helpu plant i ddarganfod natur. Mae gan ein cangen iau, Wildlife Watch, lawer o adnoddau anhygoel i blant eu mwynhau, ac mae aelodau plant a theulu'n derbyn copi o'n cylchgrawn chwarterol, Gwylt!, sy'n berffaith ar gyfer plant 6 i 12 oed. Chwiliwch am eich Ymddiriedolaeth Natur agosaf i gael gwybod mwy am y ffyrdd y gallwn eich helpu chi a'ch ysgol neu grŵp i gadw mewn cysylltiad â natur ar ôl 30 Diwrnod Gwylt, ewch i: wildlifetrusts.org a wildlifewatch.org.uk

Dilynwch ni...

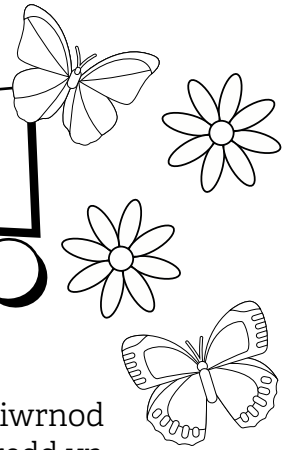
 @WildlifeTrusts
 @wildlifetrusts
 @thewildlifetrusts

T: 01636 677111
E: 30dayswild@wildlifetrusts.org
wildlifetrusts.org/30DaysWild

The Wildlife Trusts
The Kiln, Mather Road,
Newark, Nottinghamshire
NG24 1WT
Registered Charity No 207238



BINGO!



Faint o'r pethau yma fedrwch chi eu gweld ar eich anturiaethau 30 Diwrnod Gwyllt? Croeswch bob bocs wrth i chi eu gweld. I wneud y gweithgaredd yn gystadleuaeth, y cyntaf i gael llinell sy'n ennill, neu ewch am dŷ llawn!

ADERYN DU	MORGRUGYN	CWNINGEN	COEDEN DDERWEN	HWYADEN WYLLT
ALARCH	GWAS Y NEIDR	GWENYNEN	PLUEN	TEGEIRIAN
BUWCH GOCH GOTA	DANT Y LLEW	TITW TOMOS LAS	LINDYSYN	MALWEN
PWLL NEU BWLL O DDŴR GLAW	PRYF GENWAIR	DANADL POETHION	GWE PRYF COP	GWENYNEN FEIRCH
LLYGAD Y DYDD	BONCYFF COEDEN	BLODYN MENYN	CWMWL SIÂP ANIFAIL	GLÖYN BYW

Her: dewiswch rywogaeth o wenyn i'w wneud yn fwy anodd!

Her: dewiswch rywogaeth o löyn byw i'w wneud yn fwy anodd!