

2018/19

Grwpiau Gweithgaredd ar gyfer pobl 50+

Fersiynau Saesneg ac Ardal Aberystwyth hefyd
ar gael



Grwpiau Cyfeillgarwch
annibynnol yn ardal De
Ceredigion

Grwpiau Gweithgaredd Ceredigion ar gyfer pobl 50+ (Ardal De Ceredigion)

Mae'r grwpiau hyn wedi cael eu lansio'n llwyddiannus dan brosiect a ariannwyd gan y Loteri Fawr, ac sydd nawr yn gwbl annibynnol. Cysylltwch â phenaethiaid y grwpiau yn uniongyrchol am ragor o wybodaeth:

Grŵp	Cyswllt	Diwrnod / Amser	Lleoliad	Cost
<i>Clybiau Cinio</i>				
Aberteifi - 3 Grŵp	Tonia Knight (07588 881745)	Yn fisol: 12-2yp. Dyddiau Mawrth (grŵp 1); Dyddiau Mercher (grŵp 2); Dyddiau Gwener (grŵp 3)	Aberteifi, Coleg Ceredigion	Cost cinio
Llandysul	Margaret Seymour (01559 362749)	Dyddiau Iau 12-2yp, yn fisol	Llandysul, Gwesty'r Porth	Cost cinio
Llanarth	Llanina Arms (01545 581276)	Dyddiau Gwener 12-2yp, yn fisol	Llanarth, Llanina Arms	Cost cinio
Aberaeron	Margaret Garrod (01545 571141)	Dyddiau Mawrth 12-2yp, yn fisol	Aberaeron, Celtic Restaurant	Cost cinio
<i>Grwpiau Cyfrifiadur</i>				
Llanbedr	David Doughty (01570 480333)	Dyddiau Mawrth 2-4yp, yn wythnosol	Llanbedr, Hedyn Mwstard	Am ddim
Llandysul 1	Richard Crookston (01570 481484)	Dyddiau Gwener 10-12, yn wythnosol	Llandysul, Gwesty'r Porth	£1.00
<i>Grwpiau Gweithgaredd</i>				
Ymarfer Corff i Gerddoriaeth ar eich Heistedd	Andrea Sanders (01239 851716)	Dyddiau Llun 3-4yp, yn wythnosol	Llandysul, Gwesty'r Porth	£2.00
Grŵp Gwau	Gwesty'r Porth (01559 362202)	Dyddiau Llun 10-12, yn wythnosol	Llandysul, Gwesty'r Porth	Am ddim
Grŵp Gwau	Margaret Garrod (01545 571141)	Dyddiau Mawrth 3-4.30yp, bob pythefnos	Aberaeron, British Legion	£2.00
Grŵp Darllen	Anne Nightingale (01558 685393)	Dyddiau Mawrth 12-2yp, yn fisol	Llanbedr, Hedyn Mwstard	Am ddim