

Golau kannwyll dros noswyl

S. Ioan (24ain Mis Mehefin) yn lle goleufa tân yn cael ei tanio yng nghanol yr haf. Cynnal barbeciw, coginio tu allan i ddathlu uchafbwynt y flwyddyn.

“Y mae'n rhaid iddo ef gynyddu ac i minnau leihau.” Ioan 3:30

*Coda, distewi, synfyfrio
yng nghanol yr haf dros yr olygfa
ymlaen ac yn ôl cyn disgynnol*

Chwilota

Defnyddio canllaw dda chwilota.

- Mynd i hela Cnau'r Mochyn

Gofynnwch y tîr feddiannwr cyn palu am Cnau'r Mochyn. Bydden nhw ar dir gweirglodd yn enwedig. Dilynwch coesyn y planhigion i lawr at y pridd. Defnyddiwch cyllell yn ofalus i ddilyn o dan y ddaear. Peidiwch â thynnu'r coesyn. Yn obeithiol bydd y cnau ar ddiwedd y coesyn. Maen nhw'n flasus iawn, addfwyn a tebyg i gastanwydden bêr neu gnau cyll. Peidiwch â'u gasglu oni bai eu bod yn doreithiog.

Llefydd Pererin

- Llaneuddogwy
- Eich ffynnon lleol
- Eglwys S. Iago a Ffynnon Gwenffrwd Treffynnon



Rhannwch eich profiad gyda'ch ffrindiau neu trwy'r cyfryngau cymdeithasol. Defnyddio'r app 'What-Three-Words' i helpu chi nodi llefydd arbennig.

*Bydd yr wyth taflen - Trwy'r Blwyddyn, yn eich helpu i cysylltu a myfyrio tŷ-allan.
Sylwch ar ein wefan am syniadau a ddolennau eraill.*



Ardal Weinidogaeth
Bro Gwydyr
Ministry Area

www.BroGwydyr.Cymru

Alban Hefin

Canol yr Haf

Canllaw byr am gweithgareddau allanol wrtho'i hun neu gyda ffrindiau.

*S. Ioan y Bedyddiwr,
S. Iago, S. Euddogwy
Coda, Distewi,
Ymlacio, Myfyrio*



Edrychwch am Cnau'r Mochyn

Celf gan Chloe Elliott

Diwrnod Encil: Os bosib treulwch hanner neu ddiwrnod llawn wrtho'i hun mewn natur. Neu os nad yw hyn yn bosib triwch cadw awr neu ddau at y tro dros y mis.

Lle uwch. Ar uchafbwynt y flwyddyn, cerddwch i'r uchafbwynt yn eich ardal i gael safbwynt. Myfyriwch dros y dyfodol a'r blaenorol.

Cerdded gyda 'Traed Llwynog' (Trio cerdded heb gwneud sŵn.)

Gwranddo gyda 'Clystiau Carw' (Defnyddiwch eich ddwylo i gwranddo mwy.)

Edrych gyda 'Llygaid Dylluan' (Canolbwyntio ar rhywbeth pellennig.)

Ymunwch gyda natur. Trio bod yn rhan o'r byd natur yn lle'r gwyliwr.

“Y mae'r nefoedd yn adrodd gogoniant Duw, a'r ffurfafen yn mynegi gwaith ei ddwylo.”

Psalm 19:1

“Dewch ataf fi, bawb sy'n flinedig ac yn llwythog, ac fe roddaf fi orffwystra i chwi.”

Mathew 11:28

Man Eistedd

Dychwelir i le cynefin. Eisteddwch a distewi'i hun. Croesewch wrthdynciadau. Sylwch y byd bach natur o gwmpas chi. Paid â dadansoddi digon. Beth ydy'r ysbryd yn dweud wrthwch?

Helpa Trysor

Gwneud rhestr cyn i chi fynd allan.

Rhai o syniadau:

- Machlud
- Pilipalod
- Mefus Gwyllt
- Ymwelwyr Natiriol
- Ystlumod

“Yr wyf yn sicr y caf weld daioni'r ARGLWYDD yn nhir y rhai byw.”

Salm 27:13

Straeon yr Haf Bod yn creadigol gyda wrthrych naturiol. Dewis rhywbeth i greu straeon yr haf sy'n dechrau fel:

Nid ffon yw hyn. Mae'n gorïad i ddatglo'r byd o'i gwmpas...

Nid carreg yw hyn. Mae'n cymryd y straeon o'r pob un sydd wedi cerdded ar y llwybr...

