



**Lles Cymunedol
Llandudno
a'r Ardal Gyfagos
Haf 2018**

☎ 01492 577449

✉ arosyniach@conwy.gov.uk

Lleoliad	Gweithgaredd	Pryd	Pris
CANOLFAN CYMUNED TŶ LLYWELYN Ffordd Yr Orsedd Llandudno LL30 1LA ☎ 01492 873412	SYMUD A CHÂN' gyda Reach Physio ☎07981025911. Ymarfer corff gyda cherddoriaeth mewn grŵp.	Dydd Iau (tymor yr ysgol yn unig) 11:00 - 12:00	£6
	CYFEILLION PEINTIO. Grŵp celf cyfeillgar i ddechreuwr yn ogystal â rhai mwy profiadol. Ymunwch â ni am hwyl artistig, cyfeillgarwch a chyfle i ddysgu gan diwtoriaid. Mae lluniaeth ar gael.	Dydd Mercher 12:00 - 15:00	£3.00
CELF A CHREFFT Promise, Stryd Madoc Llandudno LL30 2TL ☎ 01492 878510	PANED A CHREFFT Crefft wahanol bob wythnos. Dewch i ddysgu efo ni mewn awyrgylch anffurfiol a chyfeillgar. Galwch heibio neu ffoniwch	Dydd LLun, Dydd Mawrth 13:30 - 15:30	£2.50
CANOLFAN Y DRINDOD, Trinity Avenue LL30 2TQ ☎ 01492 875686	CLWB CINIO. Pryd 3 chwrs. Dewch i fodloni eich anghenion maethol a chymdeithasol mewn un lle!	Dydd Llun/Mercher / Iau 12:30	£5.00
	BOCCIA —Bowlio dan do ar eich eistedd. Pobl o bob oedran a lefelau gallu. Yn addas ar gyfer defnyddwyr cadeiriau olwyn neu â chyfyngiad symudedd neu symudedd isel (ramp ar gael), neu unrhyw un sy'n gwella ar ôl salwch.	Dydd LLun 14:00 - 16:00	£2.00
CANOLFAN ADNODDAU CYMUNED TŶ HAPUS Ffordd Penrhyn , Llandudno LL30 1HB	BADMINTON ER LLES – dechreuwch ffordd egniol o fyw mewn amgylchedd hamddenol a chymdeithasol	Dydd Mercher 10:00 - 12:00	£2.00
TAI GOFAL YCHWANEGOL TAN Y FRON (ystafell ddi-ddordebau) Ffordd Yr Orsedd LL30 1LA	GRŴP GWNÏO. Popeth yr oeddech am ei wybod am wnïo ond ofn gofyn! Grŵp cyfeillgar. Croeso i bob lefel. ☎ 07931402310	Dydd Gwener 14:30 - 16:30	£3.00
ABERCONWY MIND 3 Trinity Square Llandudno LL30 2PY ☎ 01492 879907	MIND ABERCONWY – sesiwn galw heibio i unrhyw un wedi'u heffeithio gan broblemau iechyd meddwl. Galwch heibio am-wybodaeth, cymorth a chefnogaeth gyfrinachol, neu i ddysgu mwy am y cyrsiau a'r grwpiau sydd ar gael.	Dydd Sadwrn a Dydd Sul, 14:00 - 16:00	AM DDIM
HEN YSGOL LLANRHOS, 3 Cae Rhos, Llanrhos, Llandudno LL30 1RW	CLWB FFILM CLASUROL DYDD GWENER Cwrdd i fwynhau ffilmiau clasurol a ffilmiau plant poblogaidd, diodydd a chacen. Croeso i bawb. Cllr Julie Fallon ☎ 01492 592778/0786 0232 641	Dydd Gwener cyntaf a'r trydydd 14:00	AM DDIM
YSGOLDY CAPEL METHODIST BETHEL, Overlea Ave, Deganwy, Conwy LL31 9TD	CLWB CYFEILLGARWCH DEGANWY – cyfeillgarwch, cwmniâeth a hwyl trwy raglen digwyddiadau amrywiol yn cynnwys sgrysiâu, bingo, adloniant cerddorol, dyddiau allan a chinio Nadolig. Agored i bobl dros 60.	Bob yn ail ddydd Mawrth yn dechrau 7/08 14:30 - 16:30	£1.50
EGLWYS ALL SAINTS, 20 All Saints Ave, Deganwy, Conwy LL31 9DZ	CAFFI DEMENTIA DEGANWY. Agored i bawb, yn arbennig i'r rhai sy'n byw gyda dementia, eu gofalwyr, eu hanwyliaid a ffrindiau. Cefnogaeth ar gael i'r rhai a hoffai mwy o wybodaeth ynglŷn â dementia. Cllr Julie Fallon ☎ 01492 592778/0786 0232 641	Dydd Llun cyntaf 10:30 - 12:30	AM DDIM