

Yr Ardddegau

Mae'r grŵp yn archwilio ffyrdd effeithiol o negodi (a goroesi!) yr ardddegau. Mae'n rhoi cyfle i gyfranogwyr rannu profiadau, dysgu strategaethau newydd a sgiliau ymdopi mewn awyrgylch cyfeillgar, ysgafn.



Cynhelir y 4 sesiwn ar fore Dydd Mercher

9:30 am - 11:30 am

Dod i Adnabod eich Arddegydd - 25 Gorffennaf

Deall eich Arddegydd - 8ed Awst

Cyfathrebu â'ch Arddegydd - 15fed Awst

Rheoli a Datrys Gwrthdaro â'ch Arddegydd - 22ain Awst

Cysylltwch â ni am ragor o wybodaeth



CANOLFAN DEULU LLANRWST
Church House, Heol Watling, Llanrwst, LL26 0LS
01492 574140 or 07826876973

Teuluoedd Cadarn, Cymunedau Cadarn

