



Wythnos Beicio i'r Ysgol 2021

27 Medi – 1 Hydref

- ✓ **Bod yn egniol**, sydd yn rhoi mwy o egni inni
- ✓ **Helpu'r amgylchedd** drwy osgoi siwrne yn y car
- ✓ **Gwella ansawdd yr aer yn lleol** a lleihau tagfeydd traffig



Gadewch i ni wybod os bydd eich teulu'n **beicio neu'n sgwtera i'r ysgol** am gyfle i ennill **beic Frog**. Ewch i

www.sustrans.org.uk/wythnosbeicioirysgol/addewid

Canllaw i deuluoedd am ddim

P'un ai yw eich plant wedi hen arfer beicio, cerdded, teithio ar olwynion neu sgwtera i'r ysgol, ynteu dim ond megis dechrau'r ydych chi, mae'r **canllaw i'w lawrlwytho am ddim** yn llawn dop o awgrymiadau gwyb, syniadau da a gweithgareddau difyr ar gyfer siwrne egniol i'r ysgol.

Lawrlwythwch eich **canllaw i deuluoedd am ddim** heddiw drwy glicio yma: www.sustrans.org.uk/free-active-family-download

