

2018/19

Grwpiau Gweithgaredd ar gyfer pobl 50+

Fersiynau Saesneg ac Ardal Aberteifi hefyd ar gael



Grwpiau Cyfeillgarwch
annibynnol yn ardal
Aberystwyth

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

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
Clwb Cinio Aberystwyth	Angela Foot 01545 571165	Dyddiau Mecher Pob Ail Ddydd Mercher 12-2yp	Gwesty'r Marine	Cinio £8 (2 gwrs) Ffi blynyddol £5, Raffl
Clwb Cinio Tregaron	Delyth Jones 01974 298593	Dyddiau Mercher 12-2yp pob mis		
Clwb Cinio Tre'r Ddol	Joy Cook 01970 871649	Dyddiau Mawrth Pob 3ydd Mawrth, 12-2yp	Tafarn y Wildfowler Tre'r Ddol	£8 am ginio (2 gwrs) Ffi blynyddol posibl, Raffl
Grŵp Celf a Chrefft	Michael Pooley 01970 820497	Dyddiau Llun 2-4yp. Wythnosol	Penrhyncoch Neuadd yr Eglwys	Am ddim
Ymarfer Corff i Gerddoriaeth ar eich Heistedd (LIFT)	Fiona Hoare 01545 560234 07795 817572	Dyddiau Mercher 10:30 - 11:30. Wythnosol	Canolfan Morlan Aberystwyth	£3.00
Grŵp Darllen	Christine Pooley 01970 820497	Dyddiau Mercher Pob 4ydd Dydd Mercher. 2-4yp	Llyfrgell Aberystwyth	Am ddim
Gwau a Sgwrs	Christine Pooley 01970 820497	Dyddiau Gwener 10.30-12.30. Wythnosol Hefyd ciniawau misol	Gwesty'r Belle Vue Royal, Aberystwyth	Am ddim
The Silver Radio Show	Gwrandewch ar Radio Bronglais 87.8 FM ac ar-lein	Dyddiau Mawrth 4-5yp. Wythnosol	Mwynhewch sioeau cerdd yn seiliedig ar themâu gyda Denis a Molly	Am ddim