



Wedi ei ariannu gan
Llywodraeth y DU

Taith Cerdded Nordic, Mawrth 2025

Cysylltwch â Katrina : 01824 708396

neu e-bostiwch: naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk



Lleoliad	Gweithgaredd	Dyddiad	Amser
Maes Parcio Hwb Harbwr,	Taith Gerdded Nordig	Dydd Gwener 7	10:15 - 11:30
Coed Y Morfa, Prestatyn	Taith Gerdded Nordig	Dydd Gwener 14	10:15 - 11:30
Gwarchodfa Natur, Rhuddlan	Taith Gerdded Nordig	Dydd Gwener 21	10:15 - 11:30
Maer Parcio Anglia, Dyserth	Taith Gerdded Nordig	Dydd Gwener 28	10:15 - 11:30



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Budfoddi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities





Funded by
UK Government

Nordic Walking North Denbighshire, March 2025

Contact Katrina: 01824 708396

or email: natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Location	Activity	Date	Time
Rhyl Harbour Hub Car-park	Nordic Walking (Poles provided)	Friday 7th	10:15—11:30 am
Prestatyn Coed y Morfa	Nordic Walking (Poles provided)	Friday 14th	10:15—11:30 am
Rhuddlan Nature Reserve	Nordic Walking (Poles provided)	Friday 21st	10:15—11:30 am
Dyserth Anglia Car-park	Nordic Walking (Poles provided)	Friday 28th	10:15—11:30 am



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Buddsoddi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities





Funded by
UK Government

Ymarfer Corff ar Eistedd Prestatyn, Mawrth 2025



Contact Katrina: 01824 708396

or email: natureforhealth@denbighshire.gov.uk

Location	Activity	Date	Time
Canolfan Jiwbili, Seabank Drive, Prestatyn	Ymarfer Corff ar Eistedd	Dydd Tachwedd	10:30 - 11:30
		Medi 4	
		Medi 11	
		Medi 18	
		Medi 25	



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Buddsoddi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities





Funded by
UK Government

Seated Exercise Prestatyn, March 2025

Contact Katrina: 01824 708396

or email: natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Location	Activity	Date	Time
Jubilee Centre, Seabank Drive Prestatyn.	Seated Exercise for Beginners	Tuesday 4th	10:30—11:30
		Tuesday 11th	
		Tuesday 18th	
		Tuesday 25th	



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Buddsoddi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities





Wedi ei ariannu gan Llywodraeth y DU

Rhyl & Prestatyn Mawrth 2025

Cysylltwch â Sasha: 07795451570

neu e-bostiwch: naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk



Lleoliad	Gweithgaredd	Dyddiad	Amser
Maes Parcio Coed Y Morfa , Lôn Goed, Prestatyn, LL19 8AJ.	Tasgau garddio	Dydd Mawrth 4 Mawrth	10 - 1
Parc Bruton, Maes Menlli (oddi ar Ffordd Bruton), Y Rhyl, LL18 4SZ. Cyfarfod ger y fynedfa sy'n agos at gylch troi'r bysiau	Tasgau garddio	Dydd Mawrth 11 Mawrth	10 - 1
-	Dim sesiwn	Dydd Mawrth 18 Mawrth	-
Parc Bruton, Maes Menlli (oddi ar Ffordd Bruton), Y Rhyl, LL18 4SZ. Cyfarfod ger y fynedfa sy'n agos at gylch troi'r bysiau	Taith ystlumod	Dydd Mawrth 25 Mawrth	18:30 - 20:30



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk

Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Buddsoddi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities

Cyngor
sir ddinbych
denbighshire
County Council





Funded by
UK Government

Rhyl & Prestatyn March 2025

Contact Sasha : 07795451570

or email: natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Location	Activity	Date	Time
Coed Y Morfa Car Park, Lon Goed, Prestatyn, LL19 8AJ.	Gardening Tasks	Tuesday 4th March	10am - 1pm
Bruton Park, Maes Menlli, (off Fford Bruton), Rhyl, LL18 4SZ. Meet at the entrance adjacent to the bus turning circle.	Gardening Tasks	Tuesday 11th March	10am - 1pm
-	No Session	Tuesday 18th March	-
Bruton Park, Maes Menlli, (off Fford Bruton), Rhyl, LL18 4SZ. Meet at the entrance adjacent to the bus turning circle.	Bat Walk	Tuesday 25th March	18:30 - 20:30



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffitrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Tai Sir Ddinbych
Denbighshire Housing
Buddsodi yn ein Cymunedau • Investing in our Communities





Funded by
UK Government

Corwen, Mawrth 2025

Contact Becky 07748808372 or Chloe 07785601869

or scan the QR code to book



Location	Activity	Date	Time
Llygadog, Clawdd Poncen	Plannu Hadau	Dydd Mercher 5	10-1
Gardd Gymunedol, Corwen	Tasgau Ysgafn Garddio Sgwrs a Phaned	Dydd Mercher 5, 12, 19, 26	1-3
Llygadog, Clawdd Poncen	Lliwio gwlân naturiol	Dydd Iau 20	1-3



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffirwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Bryniau Clwyd a
Dyffryn Dyfrdwy
Tirwedd Cenedlaethol
Clwydian Range
and Dee Valley
National Landscape





Funded by
UK Government

Corwen, March 2025

Contact Becky 07748808372 or Chloe 07785601869

or scan the QR code to book



Location	Activity	Date	Time
Llygadog, Clawdd Poncen	Seed Planting	Wednesday 5	10-12
Corwen Community Garden	Light Gardening, Cuppa and Chat	Wednesday 5, 12, 19, 26	1-3
Llygadog, Clawdd Poncen	Natural wool dyeing workshop	Thursday 20	1-3



Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffithrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Bryniau Clwyd a
Dyffryn Dyfrdwy
Tirwedd Cenedlaethol
Clwydian Range
and Dee Valley
National Landscape





Funded by
UK Government

Llangollen, Mawrth 2025

Contact Becky 07748808372 or Chloe 07785601869

or scan the QR code to book



Location	Activity	Date	Time
Pengwern Park	Dathliad Cymunedol	Dydd Sadwrn 1	1 - 3
Plas Newydd, Llangollen	Plannu plygiau blodau gwyllt	Dydd Mawrth 4	10-12
Plas Newydd, Llangollen	Tasgau Ysgafn Garddio Sgwrs a Phaned	Dydd Mawrth 4, 11, 18, 25 Dydd Iau 6, 13, 20, 27	10-12
Hwb Pengwern, Llangollen	Sefyll yn Dal	Dydd Iau 6, 13, 20, 27	11.15-12.15
Hwb Pengwern, Llangollen	Sesiwn Lles	Dydd Mercher 19	10.30-12
Plas Newydd, Llangollen	Gwehyddu Helyg	Dydd Llun 24	1-3
Plas Newydd, Llangollen	Ffeltio â nodwydd	Dydd Iau 27	1-3

Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffithrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing





Funded by
UK Government

Llangollen, March 2025

Contact Becky 07748808372 or Chloe 07785601869

or scan the QR code to book



Location	Activity	Date	Time
Pengwern Park	Community Celebration	Saturday 1	1 - 3
Plas Newydd, Llangollen	Bulb planting	Tuesday 4	10-12
Plas Newydd, Llangollen	Light Gardening, Cuppa & Chat	Tuesday 4, 11, 18, 25 Thursday 6, 13, 20, 27	10-12
Pengwern Community Hub	Stand Tall Seated Exercise Class	Thursday 6, 13, 20, 27	11.15-12.15
Pengwern Community Hub	Wellbeing Wednesday	Wednesday 19	10.30-12
Plas Newydd, Llangollen	Willow Weaving workshop	Monday 24	1-3
Plas Newydd, Llangollen	Needle Felting Workshop	Thursday 27	1-3

Mae gweithgareddau yn addas ar gyfer pob gallu a lefelau ffithrwydd. I gael rhagor o wybodaeth cysylltwch â Naturerbuddiechyd@sirddinbych.gov.uk
Activities are suitable for all abilities and fitness levels. For information or to book, contact Natureforhealth@denbighshire.gov.uk



Gwasanaeth Cefn Gwlad Sir Ddinbych / Denbighshire Countryside Service
Bryniau Clwyd a Dyffryn Dyfrdwy / Clwydian Range and Dee Valley
Tai Sir Ddinbych / Denbighshire Housing



Bryniau Clwyd a
Dyffryn Dyfrdwy
Tirwedd Cenedlaethol
Clwydian Range
and Dee Valley
National Landscape



Wedi ei ariannu gan
Llywodraeth y DU



Funded by
UK Government



Natur er
buddlechyd
Nature
for Health

Gwehyddu â Gwŷdd Pegiau a Crefft

Nantclwyd y Dre,
Rhuthun

Dydd Llun 10fed Mawrth
12.30yp - 3yp

Peg Loom Weaving and Craft

Nantclwyd y Dre,
Ruthin

Monday 10th March
12.30pm - 3pm



Mae archebu lle yn hanfodol, cysylltwch â / booking is essential, please contact Charlotte
charlotte.wheeler@denbighshire.gov.uk

