

Ym mha ardal yr hoffech chi gymryd rhan? Ticiwch bob un sy'n berthnasol.

 Y Rhyol Prestatyn Llangollen Corwen Dinbych

Pa weithgaredd yr hoffech chi ei wneud? Ticiwch bob un sy'n berthnasol

 Cadwraeth Ymarferol Ymarfer corff Celf a chrefft Arall

## Amdanat ti

Enw cyntaf

Rhif cyswllt

Enw mewn  
argyfwng

Cod post

E-bost

Rhif cyswllt  
mewn argyfwng

**Oed**  11-18  19-25  26-55  56-65  66+  Mae'n well gen i beidio â dweud

**Rhyw**  Gwryw  Benyw  Mae'n well gen i beidio â dweud

## Eich iechyd

Os oes gennych chi unrhyw gyflwr iechyd meddwl neu iechyd corfforol, os ydych chi'n cymryd unrhyw feddyginiaeth, neu wedi derbyn cyngor gan feddyg neu ymgynghorydd ynglŷn â chymryd rhan mewn gweithgarwch corfforol, nodwch nhw yma, neu siaradwch ag arweinydd y gweithgaredd.

**Mae bod yn egniol yn ddiogel iawn i'r mwyafrif o bobl. Serch hynny, dylai rhai pobl wirio gyda'u meddyg cyn iddynt ddechrau fod yn gorfforol egniol.**

Yn ogystal â chadw pawb sy'n cymryd rhan yn y prosiect yn ddiogel, bydd eich gwybodaeth yn cael ei defnyddio'n ddienw i werthuso'r prosiect a bydd yn cefnogi ceisiadau pellach am arian i barhau i gynnal prosiectau a digwyddiadau tebyg.

**Ydych chi wedi'ch**

**cofrestru yn anabl?**

 Ydw Nac Ydw

## Datganiad

- Rydw i'n deall y dylwn i sôn wrth arweinydd y gweithgaredd am unrhyw gyflwr iechyd neu anghenion meddygol y dylwn i gael cyngor meddygol ar eu cyfer cyn cymryd rhan mewn gweithgareddau.
- Rwy'n deall fy mod yn cymryd rhan ar fy risg fy hunan ac y dylwn i barchu arweiniad arweinydd y gweithgaredd.
- Rydw i'n cytuno i ddweud wrth arweinydd y gweithgaredd os bydd unrhyw newid yn fy iechyd.
- Rwyf yn deall y bydd yr wybodaeth iechyd a ddatgelir yn cael ei defnyddio at ddibenion monitro a gwerthuso'r prosiect. Bydd hynny wedyn yn gymorth i wneud ceisiadau pellach am gyllid i barhau i gynnal prosiectau a digwyddiadau tebyg yn y dyfodol.

Llofnod

Dyddiad

## Datganiad Preifatrwydd

Bydd Cyngor Sir Ddinbych yn defnyddio eich data personol er mwyn monitro a gwerthuso prosiect **Natur Er Buddlechydd**. Bydd Cyngor Sir Ddinbych yn rhannu'r data yma gyda phartneriaid y prosiect i gefnogi monitro a gwerthuso.

Os ydych chi'n teimlo bod Cyngor Sir Ddinbych wedi camddefnyddio eich data personol ar unrhyw adeg, gallwch gyflwyno cwyn i Swyddfa'r Comisiynydd Gwybodaeth drwy fynd i'w gwefan neu ffonio eu llinell gymorth ar **0303 123 1113**. Am ragor o wybodaeth am sut y mae Cyngor Sir Ddinbych yn prosesu data personol a'ch hawliau, darllenwch ein hysbysiad preifatrwydd ar ein gwefan: [www.sirddinbych.gov.uk/cy/preswylwr/cyfreithiol/preifatrwydd.aspx](http://www.sirddinbych.gov.uk/cy/preswylwr/cyfreithiol/preifatrwydd.aspx)

Rydw i'n hapus i fy manylion gael eu rhannu

Peidiwch â rhannu fy manylion

Rydw i'n fodlon i aelod o dîm y prosiect gysylltu â mi i gael rhagor o adborth neu i gymryd rhan mewn astudiaeth achos

Os hoffech chi gael eich ychwanegu at restr bostio'r Rhaglen Wirfoddoli, nodwch eich cyfeiriad postio

