



Canllaw i Wythnosau Antur yr Haf

Rydyn ni wedi llunio'r canllaw defnyddiol yma i unrhyw un sydd wedi neu sy'n ystyried archebu un o'n hwythnosau antur gwych i ieuentid. Mae'n rhoi ychydig o wybodaeth ychwanegol i'ch helpu chi i baratoi ar gyfer eich ymweliad. Os bydd arnoch angen unrhyw wybodaeth ychwanegol neu os oes gennych chi unrhyw gwestiynau, cofiwch gysylltu â ni ar 0300 300 3113 a byddwn yn fwy na pharod i helpu.

CYRRAEDD

Wrth gyrraedd, ewch i'r Dderbynfa, ble mae'n rhaid i chi gofrestru ar gyfer eich cwrs.

ARCHEBION PRESWYL

Ar gyfer y rhai ohonoch chi sydd wedi archebu i aros yn y Ganolfan am yr wythnos, bydd rhaid i chi gyrraedd ar y pwnn Sul rhwng 4pm a 5.45pm. Bydd ein rhieni tŷ cyfeillgar wrth law i'ch croesawu chi, eich cofrestru a neilltuo ystafell i chi ar gyfer yr wythnos.

Bydd eich pryd gyda'r nos ar gael yn yr ystafell fwyta am 6pm, felly mae'n syniad da cyrraedd cyn hyn, i roi amser i chi setlo i mewn ymlaen llaw.

DI-BRESWYL

Bydd eich cwrs yn dechrau gyda briff y Ganolfan am 9.15am ar y bore Llun, ond rhaid i chi gyrraedd erbyn 9.00am ar y diwrnod cyntaf i roi amser i chi gofrestru yn y Dderbynfa.

CWRS

Ar y bore Llun, bydd pawb sy'n dod ar gwrs gweithgarwch yn cael briff byr y Ganolfan am 9.15am. Gwnewh yn siŵr eich bod yn y Dderbynfa cyn hyn a chofiwch wrando ar y cyfarwyddiadau ynghylch ble mae'n rhaid i chi fynd ar gyfer eich briff. Fel rheol mae digon o staff o amgylch yr adeg yma, felly os ydych chi'n ansicr ble i fynd, cofiwch ofyn.

Ar ddiwedd eich briff, cewch eich cyflwyno i'ch hyfforddwr, a fydd wedyn yn dod o hyd i le tawel i sgwrsio gyda chi i gyd am yr wythnos sydd i ddod, cyn i chi fynd i'r storfa i gael eich cit ar gyfer y diwrnod o'ch blaen.

Bydd eich cwrs gweithgarwch yn cael ei gynnal rhwng 9.15am a 5.00pm fel rheol, gan stopio am ginio tua 12.30pm.

Ar gyfer y rhai ohonoch chi sy'n aros yn y Ganolfan, cofiwch godi eich pecyn bwyd i ginio o'r ystafell fwyta amser brecwast. (Bydd eich rhieni tŷ yn eich atgoffa chi am hyn!)

Os nad ydych chi'n aros yn y Ganolfan, cofiwch ddod â phecyn bwyd gyda chi, neu cewch brynu un o'r ystafell fwyta bob dydd os ydych yn dymuno. Bydd eich diwrnod yn gorffen am 5pm, felly gwnewch yn siŵr bod trefniadau'n cael eu gwneud i chi gael eich codi ar yr amser yma.

Bydd eich wythnos weithgarwch yn dod i ben tua 4.30pm ar y dydd Gwener felly gwnewch yn siŵr bod rhywun o gwmpas i'ch nôl chi erbyn 5pm fan bellaf ar y prynhawn Gwener.



BETH FYDD ARNOCH EI ANGEN GYDA CHI

Byddwn ni'n darparu'r holl ddiplad a'r cit angenrheidiol, ond cofiwch ddod â'r canlynol gyda chi:

- Hen esgidiau ymarfer/esgidiau siwt wlyb (bydd y rhain yn gwlychu!)
- Esgidiau ymarfer/esgidiau (i'w cadw'n sych)
- Dillad cynnes, thermal a chnu, het
- Cap / het haul
- Tyweli
- Dillad nofio
- **BLOC HAUL – mae'r haul a'r gwynt yn gallu eich llosgi chi'n hawdd iawn pan rydych chi allan ar y dŵr**
- Darn 50c ar gyfer y loceri (byddwch yn cael hwn yn ôl)
- Moddion Personol
- Arian poced ar gyfer byrbrydau a diodydd

Os ydych chi'n aros yn y ganolfan cofiwch ddod â'r canlynol gyda chi hefyd:

- Dillad ar gyfer gyda'r nos
- Pethau ymolchi

AROS YN Y GANOLFAN

Os ydych chi'n aros yn y Ganolfan, cewch eich rhoi yn un o'n tair ystafell ar y safle i griw aros ynddyn nhw. Byddwch yn cael eich rhoi mewn grŵp o blant o'r un rhyw ac o oedran tebyg i chi ac mae gan bob tŷ riant tŷ penodol i ofalu amdanoch chi.

Mae ein rhieni tŷ'n gyfrifol amdanoch chi pan nad ydych gyda'ch hyfforddwr. Tra byddwch chi yma, os cewch unrhyw broblemau o gwbl, cofiwch siarad gyda'ch rhiant tŷ, a fydd yn ceisio datrys unrhyw broblemau.

Yn ystod yr wythnos, bydd ein rhieni tŷ yn gwneud y canlynol:-

- Gwneud yn siŵr bod pawb yn codi mewn da bryd i gael brecwast da a'u bod yn gwbl barod ar gyfer y diwrnod prysur o'u blaen.
- Trefnu rhaglen wych o weithgareddau gyda'r nos, gan gynnwys gemau, nosweithiau ffilm a llawer mwy.
- Gwneud yn siŵr bod y goleuadau'n cael eu diffodd ar amser rhesymol a chadw trefn, fel bod pawb yn cael noson dda o gwsg i fod yn barod ar gyfer diwrnod arall yn llawn bwrlwm!



EIDDO GWERTHFAWR AC ARIAN POCED

Ni ddylech ddod â gormod o eiddo gwerthfawr gyda chi. Ni ddylid gwisgo gemwaith yn ystod y gweithgareddau felly mae'n well ei adael adref. Mae gennym ni gell ddiogel yn y Dderbynfa ac mae posib cadw eiddo gwerthfawr bach yno. Rhowch yr eiddo hwn i'ch rhiant tŷ, a fydd yn ei gadw'n ddiogel.

Bydd y rhieni tŷ'n edrych ar ôl eich arian poced hefyd, gan ei gadw wedi'i gloi'n ddiogel nes bod arnoch ei angen. Mae gennym ni ychydig o nwyddau Plas Menai ar gael (mygiau, bagiau, llyfrau nodiadau, bathodynnau, magnetau) sy'n amrywio o ran pris o £1 i £10 ac sy'n atgof gwych o'ch trip. Mae peiriannau gwerthu yn y Ganolfan hefyd os byddwch eisiau diodydd a byrbrydau ychwanegol, felly rydym yn awgrymu rhyw £5-10 y dydd o arian poced.

DIWRNOD ARFEROL

7.30am	Codi
8.00am	Brecwast – Cofiwch nôl eich pecyn bwyd
9.15am	Cyfarfod yr Hyfforddwr a pharatoi ar gyfer gweithgareddau'r dydd
9.30am – 4.30pm	GWEITHGAREDDAU (byddwch yn stopio am ginio tua 12.30pm)
5.00-6.00pm	Amser rhydd (dan oruchwyliaeth y rhieni tŷ)
6.00-6.30pm	Swper
7.00-9.00pm	Gweithgareddau gyda'r nos
9.00-10.00pm	Amser rhydd (dan oruchwyliaeth y rhieni tŷ)
10.15pm	DIFFODD GOLEUADAU!

CODI A GOLLWNG

Rydym yn cynnig gwasanaeth codi a gollwng o orsaf drenau Bangor, ar yr amod bod y trên yn cyrraedd ac yn gadael rhwng 12pm a 6pm. Os ydych chi'n teithio ar y trên ac eisiau cael eich codi a'ch gollwng yn yr orsaf, llenwch y furflen Cais Teithio Wythnos Antur Ieuencid a'i hanfon ar e-bost i'r Ganolfan cyn gynted â phosib.

Cofiwch nad yw'r gwasanaeth yma wedi cael ei archebu na'i gadarnhau nes ein bod yn cydnabod derbyn y ffurflen hon.