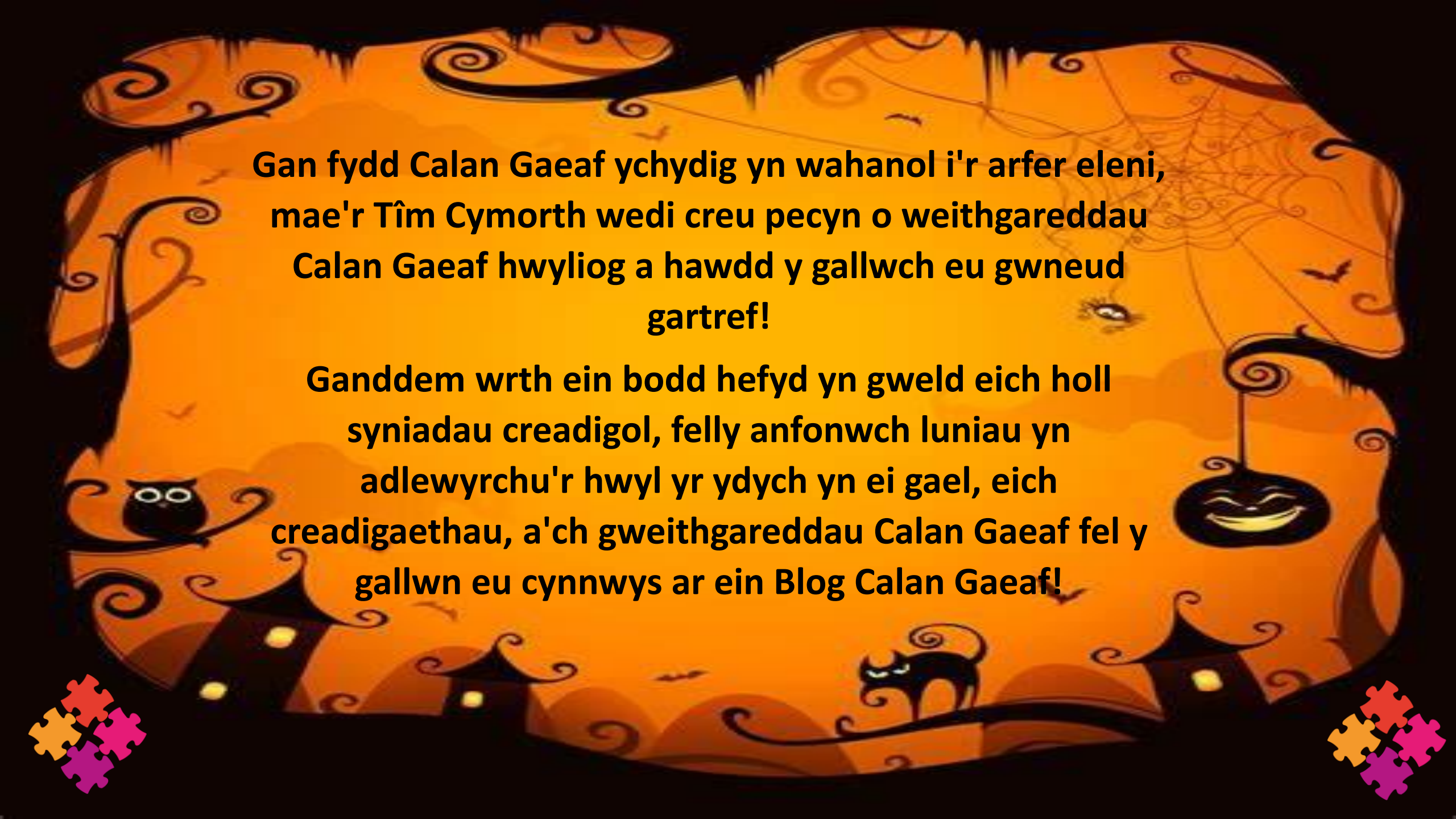


CALAN GAELAF HAPUS



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



**Gan fydd Calan Gaeaf ychydig yn wahanol i'r arfer eleni,
mae'r Tîm Cymorth wedi creu pecyn o weithgareddau
Calan Gaeaf hwyliog a hawdd y gallwch eu gwneud
gartref!**

**Ganddem wrth ein bodd hefyd yn gweld eich holl
syniadau creadigol, felly anfonwch luniau yn
adlewyrchu'r hwyl yr ydych yn ei gael, eich
creadigaethau, a'ch gweithgareddau Calan Gaeaf fel y
gallwn eu cynnwys ar ein Blog Calan Gaeaf!**



Garlant Ystlumod

gan Rachel



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

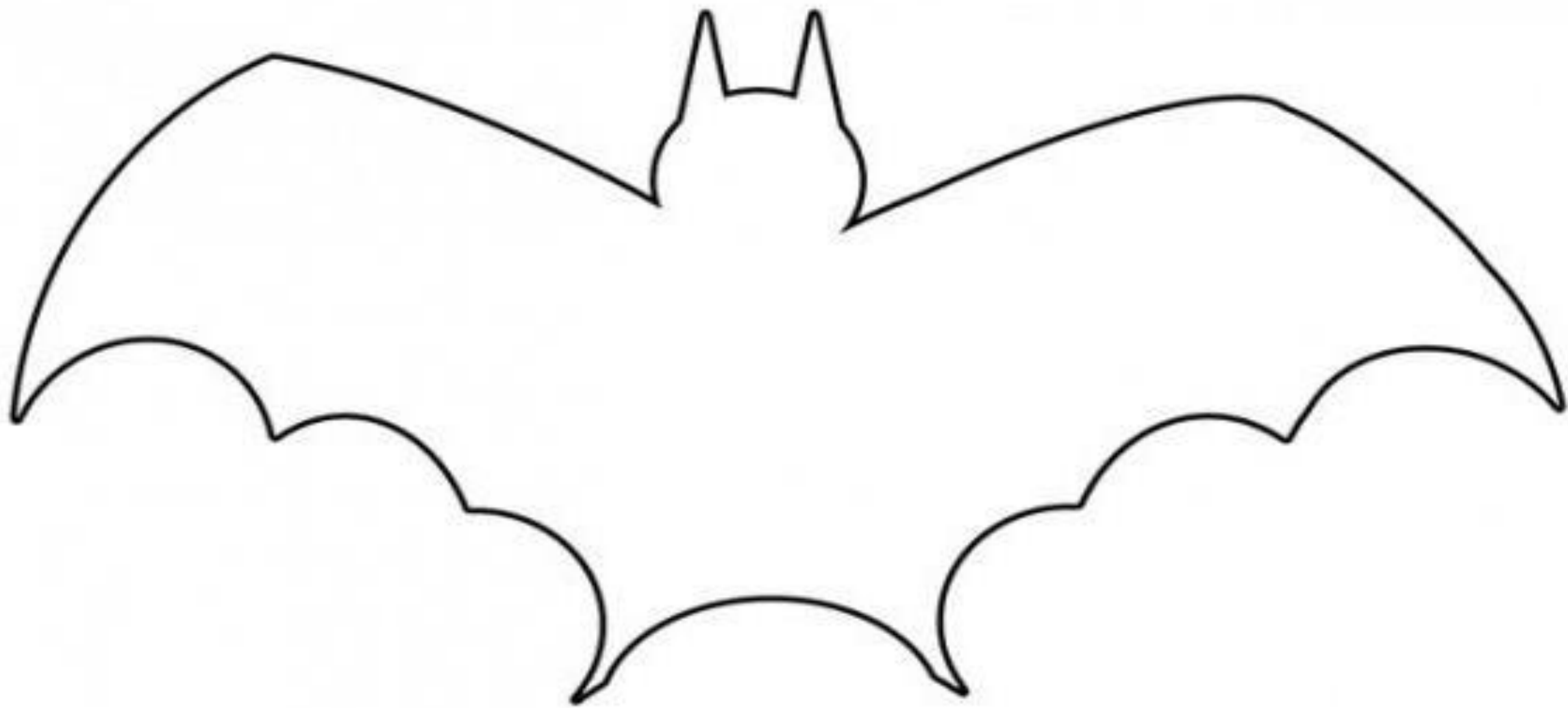
Cyfarpar-

- Siswrn
- Cardiau du
- Llinyn
- Pwnsh twll
- Gleiniau du (Dewisol)



Cyfarwyddiadau-

Defnyddiwch y stensil ystlum i lunio'r ystlumod ar gerdyn du, torrwch yr ystlumod du allan a gnewch un twll ym mhen pob adain. Clymwch gwlwm ym mhen y llinyn gan ddod ag ef drwy adenydd yr ystlum, gallwch roi gleiniau rhwng pob ystlum os ydych yn dymuno. Rhewch bob ystlum ar y llinyn nes bod gennych garlant ystlumod. Rhewch y llinyn i hongian a mwynhewch.



Llusernau Pwmpen



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

Cyfarpar-

- Papur Oren
- Papur Gwrydd
- Siswrn
- Glud
- Tâp cello
- Pen ffelt du

Cyfarwyddiadau-

Plygwch y papur oren yn ei hanner ar ei hyd, a defnyddiwch y siswrn i dorri ar hyd y llinell gan sicrhau nad ydych chi'n torri hyd at ymyl y papur. Pan fyddwch chi wedi gwneud yr holl doriadau, agorwch y papur a dylai fod holltau ynddo. Tynnwch lun wyneb pwmpen yng nghanol y dudalen gan ddefnyddio pen du. Plygwch y papur i wneud siâp tiwb a gludwch y ddau ben at ei gilydd, Bydd hyn yn gwneud siâp llusern pan fyddwch yn ei agor. Torrwch strïbed o bapur gwyrdd a'i blygu drosodd y tu mewn i ben y llusern a defnyddiwch dâp selo i'w ddal yn ei le i wneud handlen. Os ydych chi am wneud mwy, gallwch eu gosod ar linydd fel garlant llusernau.



EASY PAPER SPIDER

- Papur du
- Papur Gwyn
- Pin Ffelt Du
- Gwlân du neu llynyn ar gyfer hongian
- Glud
- Siswrn



Cyfarwyddiadau-

- Dechreuwch drwy dorri pedwar sribed hir o bapur a'u rhoi o'r neilltu ar gyfer y coesau wedyn.
- Yna, defnyddiwch gwpan fach i fesur 8-10 o gylchoedd a'u torri allan.
- Plygwch bob cylch yn ei hanner i greu hanner cylchoedd wedi'u plygu.
- Rhwch lud ar UN HANNER o'ch hanner cylch a gosodwch hanner cylch arall ar ei ben. Yna ychwanegwch lud i'r haen nesaf ac yna'r gweddill nes bod eich holl gylchoedd wedi'u gludo gyda'i gilydd.
- Wedyn ychwanegwch y llinyn!
- Ewch ati yn awr i wneud y coesau. Gafaelwch yn y sribedi a phlygwch y ddau ben i greu traed.
- Gludwch i'ch addurn pry cop.



I orffen, mae'n bryd gwneud llygaid eich pry cop crefftus o bapur

- Tynnwch lun dau gylch (tua maint 5c), a'u torri allan ac ychwanegu canhwylau llygaid gan ddefnyddio'ch pen ffelt.
- Cymerwch 2 fflap canol o'ch addurn, a'u plygu yn ôl rhywfaint i wneud "arwyneb", ychwanegwch lud a glynwch y llygaid.



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



Canhwyllau Difyr gan Rachel



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorrlewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

Cyfarpar-

- Jar (Ym mha bynnag maint rydych chi eisiau).
- Glud PVA
- Pin Ffelt Du.
- Cannwyll Golau te
- Papur Sidan

Cyfarwyddiadau-

- **Gorchuddiwch eich jar â glud PVA.**
- **Gorchuddiwch eich jar â phapur sidan.**
- **Rhowch lud dros y papur sidan unwaith yn rhagor a'i adael i sychu.**
- **Nesaf, defnyddiwch eich teclyn miniog i lunio patrwm ar eich dyluniad.**
- **Gosodwch gannwyll arno**
- **A dyna ni, eich Cannwyll arswydus!**



Argraffiad Taten o Bwmpen



Cyfarpar-

- Taten (wedi'i dorri yn hanner)
- Paent oren
- Plât bychan
- Cerdyn neu bapur
- Pin ffelt du



Cyfarwyddyd-

- Torrwch y daten i wneud siâp calon.
- Arllwyswch baent oren ar y plât.
- Dipiwch y daten i'r paent gan sicrhau ei bod wedi'i gorchuddio'n llwyr.
- Rhewch y daten i lawr yn ofalus ar y cerdyn a'i gwthio i lawr yn galed i wneud y print.
- Arhoswch i'r paent sychu ac addurnwch y cerdyn ym mha bynnag ffordd y dymunwch gan ddefnyddio'ch pinnau ffelt.



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales





FRANKENSLIME



Beth am greu Frankenjar
i storio eich llysnafedd!



- 1 Cwpanaid o glud PVA.
- 1 Cwpanaid o ddŵr.
- 1 Llwy de o Soda Pobi.
- 1 Llwy fwrdd o Hydoddiant Gollwng Llygaid.

Lliwiad Bwyd a Llewych (os oes
angen)

Cymysgwch y glud gyda'r dŵr mewn bowlen.
Ychwanegwch weddill o'r cynhwysion a
chymysgwch nes y Gandd yn anodd ei
gymysgu. Dyna ni! Mae gennych chi eich
llysnafedd estynedig.



Rhestr Ffilmiau Calan Gaeaf Siân



I blant bach a chyn ysgol

- Super Monsters – Vida's First Halloween.
- Super Monsters Save Halloween.
- True Tricky Treat Day.
- Spookley the Square Pumpkin.
- Room on a Broom.



I blant ifanc

- Hotel Transylvania 1,2 & 3
- ScooGan Doo 1 & 2
- Ghost Patrol
- The Little Vampire
- Gnome Alone
- Dear Dracula
- Monster Family.
- Dreamworks Spooky Stories
- Monster Island
- Troll Hunters





I blant hun ac oedolion!

Casper

The Witches

The Haunted Mansion

Goosebumps 1 & 2

Hocus Pocus = **Ffefryn Hayley**

Monster House

Practical Magic

Edward Scissorhands

Gremlins 1 & 2 = **Ffefryn Siân**

Ghostbusters 1, 2 a'r un newydd

Corpse Bride

The Addams Family 1 & 2

The Nightmare Before Christmas

BEWARE: A Spiderwick Chronicles

My BaGansitter's A Vampire

A Witches' Ball



Mabwysiadu

Canolbarth a Gorllewin Cymru

Adoption

Mid & West Wales





HALLOWEEN STORIES

*Wedi'u gasglu
ar eich cyfer gan
Siân!*

I blant ifanc

It's a Pumpkin! Gan W. McClure

Vegetables in Halloween Costumes. Gan
J.Chapman

Pete the Cat; Five little pumpkins. Gan J. Dean

Runaway Pumpkins. Gan T. Bateman

How to catch a Monster. Gan A. Wallace & A.
Elkerton

When the Clock strikes on Halloween. Gan L.
Ferland

The Berenstain Bears; Trick or Treat. Gan S & J.
Berenstain

Peppa's Halloween Party. Gan Scholastic.

Llama Llama Trick or treat. Gan A. Dewdney

Halloween Hide and Seek. Gan A Moonlight
Book

The Spooky Wheels on the Bus. Gan
J.Elizabeth Mills.

Ghostbusters. Gan a Little Golden Book

My monster mam loves me so. Gan L. Leuck

It's Pumpkin Day, Mouse. Gan L.Numeroff

Spooky Pookie. Gan S. Boynton

Big Pumpkin. Gan E. Silverman.

Clifford's Halloween. Gan N. Bridwell.

It's a great pumpkin, Charlie Brown. Gan
Charles. M Schutz

Room on a Broom. Gan J. Donaldson (**Fferyn
Janine**)

Ten Timid Ghosts. Gan J. O'Connell.

Where's my Mummy?. Gan C. Crimi

Christopher Pumpkin. Gan Paul Linett -
(**Fferyn Siân**)

I spy Halloween Book. – Ar gyfer plant bach a
phlant cyn ysgol.

HALLOWEEN STORIES

*Wedi'u gasglu ar eich
cyfer gan Siân!*

I blant hun

Monster Academy. Gan Jane Yolen
What was I scared of? Gan Dr. Seuss
Diary of a Wimpy Kid: Double Down. Gan
Jeff Kinney
Good night Goon. Gan Michael Rex.
The Witches. Gan Roald Dahl-(Ffefryn
Rachel).
Goosebumps. Gan R.L.Stine
The Runaway Mummy. Gan Michael Rex
Creepy Pair of Underwear! Gan Aaron
Reynolds.
Funny Bones- A. Ahlberg & A. Amstutz.



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



Halloween Night When The witches Run

THERE WAS AN OLD WITCH, BELIEVE IT IF YOU CAN,
SHE TAPPED ON THE WINDOWS, AND SHE RAN, RAN, RAN.
SHE RAN HELTER SKELTER WITH HER TOES IN THE AIR,
CORNSTALKS FLYING FROM THE OLD WITCHES' HAIR.

SWISH GOES THE BROOMSTICK, MEOW GOES THE CAT,
PLOP GOES THE HOP-TOAD SITTING ON HER HAT.
"WHEE," CHUCKLED I, "WHAT FUN, WHAT FUN!"
HALLOWE'EN NIGHT WHEN THE WITCHES RUN!

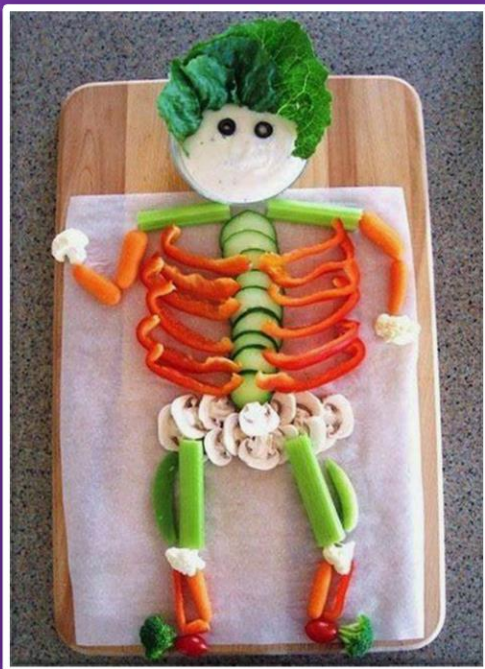
RATTLE GO THE SKELETONS, RUNNING DOWN THE LANE,
AND A SPOOKY TREE TAPS THE WINDOW PANE,
"WHEE," CHUCKLED I, "WHAT FUN, WHAT FUN!"
HALLOWE'EN NIGHT WHEN THE WITCHES RUN!

JANGLE OF THE RUSTY CHAINS, THE MONSTER DRAGS ALONG,
AND BATS GO SCREECH FOR THEIR HALLOWEEN SONG,
"WHEE," CHUCKLED I, "WHAT FUN, WHAT FUN!"
HALLOWE'EN NIGHT WHEN THE WITCHES RUN!





Syniadau Bwyd Hawdd Calan Gaeaf!



YSBRYDION Mefus a Siocled gwyn

Gan Hannah.



Cynhwysion-

- Mefus
- Llygaid bwyttadwy
- Siocled Gwyn
- Papur Memrwn

Cyfarwyddiadau-

Toddwch y siocled gwyn mewn powlen yn unol â chyfarwyddiadau'r pecyn. Dipiwch y mefus fesul un i'r siocled a'i gosod ar y papur memrwn. Defnyddiwch ychydig o siocled ar y gwaelod i wneud cynffon ysbryd a glynwch y llygaid bwyttadwy ar flaen y mefus.

Gwnewch gymaint ag y dymunwch ac yna rhowch y siocled yn yr oergell nes ei fod yn galed.



Bagelau Pitsa Mymi Difyr!

Gan Janine.



Cynhwysion-

- *Bagel Plaen.*
- *Saws Pitsa Tomato*
- *Sleisys o gaws neu sleisys eich hun.*
- *Olifau du (Mae sleisys Pepperoni yn gwneud dewis amgen gwych!)*



Dull-

- *Cynheswch y ffwrn ymlaen llaw i 200 gradd.*
- *Torrwch y bagel yn ei hanner.*
- *Taenwch y saws pitsa tomato ar y ddau hanner.*
- *Torrwch y sleisys o gaws i stribedi tenau a'u rhoi mewn haenau dros y bagelau gan greu patrwm cris-groes.
(Gair o gyngor - peidiwch â defnyddio gormod o gaws neu byddwch yn colli'r effaith)*
- *Torrwch yr olifau du yn eu hanner a'u hychwanegu fel eich llygaid Pitsa Mymi.*
- *Pobwch am 5 munud neu nes bod y bagelau yn gras a'r caws wedi'i meddalau.*



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



Cyri Pwmpen

Paratoi: 20 mun, **Coginio:** 25 mun, **Gweini:** 4.



Mabwysiadu

Canolbarth a Gorrlewin Cymru

Adoption

Mid & West Wales

Cynhwysion -

- 1 llwy fwrdd o olew olewydd
- 1 winwnsyn (wedi'i dorri)
- 2 llwy de o bowdr cyri
- 29owns (820pwys) Pwmpen (wedi'i bilio a'i chiwbio)
- 1x 14owns (400ml) Tun o laeth Coconyt
- 1 cwpanaid (240ml) o Isgell Llysiau
- 3owns (80pwys) Sbigoglys BaGan
- 1/2 cwpanaid o Goriander (wedi'i dorri)

Dull-

1. Ychwanegwch yr olew i bot gyda'r winwnsyn a'r powdr cyri. Ffriwch nes ei fod yn feddal ac yn dryloyw. Ychwanegwch y bwmpen a'i droi.
2. Ychwanegwch y llaeth coconyt a'r isgell/cawl llysiau a'u berwi. Gorchuddiwch y pot a gadewch iddo fudferwi ar wres canolig am o leiaf 10-12 munud nes bod y bwmpen yn feddal ac wedi'i goginio.
3. Trowch y sbigoglys i mewn nes ei fod wedi gwywo.
4. Tynnwch o'r gwres ac ychwanegwch y coriander, gan gadw ychydig yn sbâr ar gyfer ei weini.
5. Gweinwch dros reis, ynghyd â choriander ffres wedi'i dorri a chnau cashew (os ydych angen).



BOWLIO DIFYR!



Cyfarpar-

- 6-10 Potel Blastig
- Paent Chwistrell Gwyn
- Pin Ffelt Du
- Pwmpen Blastig (neu bêl)

Sut y mae chwarae-

Rhowch y pinnau ysbryd (poteli) yn y ffurf hon-

Sefwch o leiaf 2 fetr i ffwrdd a rholiwch y bwmpen neu'r bêl a tharo cymaint o ysbrydion i lawr ag y gallwch!



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



Boo!





Amgen erail
o Fowllo



Cofleidiol y Fam Fawr

Dim ond papur toiled sydd angen arnoch!

Gêm -

- Rhannwch mewn i dimau!
- Dewiswch un chwaraewr i fod yn fymi.
- Bydd gweddill y chwaraewyr yn rasio i lapio eu mymi mewn papur toiled.
- Y tîm buddugol fydd y cyntaf i lapio'r mymi nes mai dim ond y llygaid sydd yn y golwg.

Dyma Janine wedi'i gorchuddio gan ei ffrindiau



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



Cwis Calan Gaeaf

1. Halloween is celebrated on...

- a) October 30
- b) October 31
- c) November 1

2. Witches, ghosts, and fairies are thought to be

- a) very active during Halloween
- b) sleeping peacefully all night long
- c) teasing living souls during the night

3. What is apple bobbing?

- a) a dessert
- b) a gift
- c) a game

4. Jack-o-lanterns are

- a) carved cucumbers
- b) carved turnips
- c) carved pumpkins

5. What do you put inside Jack-o-lanterns?

- a) candy
- b) candles
- c) cucumbers

6. What returns to the earthly world at Halloween?

- a) friendly family members
- b) evil spirits
- c) monsters

7. What does a ghost say?

- a) Bob!
- b) Bling!
- c) Boo!

8. What did people do in order to not being recognized by the spirits?

- a) wore a sack over their faces
- b) dressed up
- c) dressed up and wore a mask

10. Trick or treat is about

- a) asking for candy
- b) TP-ing houses
- c) singing a song at people's doors

11. In some countries there is a service at the church at Halloween. What is the idea of this service?

- a) To get together and sing Halloween songs
- b) To commemorate dead relatives
- c) To fight evil spirits

Gêm siarad Calan Gaeaf

Carving a Pumpkin	Bobbing for apples
Trick-or-Treating	Putting on a costume
Going to a Haunted House	Witch Riding a broom
Witch Stirring a Brew	Eating Candy
Eating a Caramel Apple	Putting on a Mask
Frankenstein	Watching a Scary Movie
Going to a Halloween Party	Ballerina
Mad Scientist	Werewolf
Zombie	Bat Flying
Football Player	Super Hero
Princess	Pirate
Ninja	Walking through a Spider web
Skeleton	Putting up Halloween Decorations
Drinking Hot Cider	Going to the Pumpkin Patch
Doing a trick	Mummy

Helpa Drysor Calan Gaeaf



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

Mark off decorations when you see them!

☐	 bat	☐	 owl
☐	 broom	☐	 magic potion
☐	 Chocolate	☐	 pumpkin
☐	 black cat	☐	 spiders
☐	 cauldron	☐	 jack-o-lantern
☐	 ghost	☐	 spider webs
☐	 witch's hat	☐	 witch



CHWILAIR

CALAN GAEAF



C	U	O	I	N	T	R	A	R	I	M	F	I	G	A	D
A	O	T	D	J	O	G	G	C	A	T	T	F	F	H	E
N	T	V	A	M	P	I	R	E	T	A	G	G	R	A	C
D	G	N	A	T	T	J	C	P	A	R	T	Y	F	L	U
Y	T	A	I	V	M	U	M	M	Y	R	U	I	H	L	E
C	A	B	A	T	D	D	E	R	U	U	S	A	U	O	K
O	P	U	M	P	K	I	N	I	C	M	A	G	F	W	A
R	D	P	I	R	T	C	A	S	O	O	S	H	U	E	D
N	H	U	C	R	E	D	I	A	M	N	R	O	R	E	E
R	O	M	V	E	W	I	T	C	H	S	H	S	E	N	V
C	I	P	A	E	F	K	A	S	T	T	A	T	U	A	C
T	H	A	F	J	S	C	E	A	T	E	E	J	S	T	U
A	S	P	I	D	E	R	W	E	B	R	H	A	I	D	A

BAT
CANDYCORN
CAT
GHOST
HALLOWEEN
MONSTER

MUMMY
PARTY
PUMPKIN
SPIDERWEB
VAMPIRE
WITCH



Chwilair Calan Gaeaf



a	g	z	m	o	n	s	t	e	r
d	h	m	o	o	n	b	v	x	m
c	o	f	f	i	n	a	w	t	u
q	s	p	i	r	x	t	c	r	m
k	t	a	d	w	t	j	n	i	m
o	g	r	b	i	r	j	i	c	y
l	y	t	o	t	e	f	n	k	w
g	d	y	o	c	a	g	c	a	t
d	x	s	o	h	t	j	k	d	r
o	i	s	c	o	x	i	i	k	v

bat

boo

cat

coffin

ghost

monster

moon

mummy

party

treat

trick

witch

CHWILAIR CALAN GAEAF

Halloween

October

Spooky

Scary

Ghost

Vampire

Werewolf

Witch

Zombie

Skeleton

Monster

Black

Orange

Candy

Trick or Treat

Haunted House

Jack O' Lantern

Boo

Spider

Bats



Y	W	I	T	C	H	D	Y	R	A	C	S	J	W	K
W	J	A	C	K	O	L	A	N	T	E	R	N	C	D
L	H	E	G	G	H	O	S	T	H	S	K	A	R	E
N	R	E	T	S	N	O	M	A	P	K	L	O	E	I
O	O	S	U	E	D	R	L	I	R	B	J	P	B	B
T	O	U	V	M	R	L	D	P	S	E	Z	V	O	M
E	B	O	Z	V	O	E	G	B	G	H	C	A	T	O
L	A	H	L	W	R	I	E	N	A	W	F	M	C	Z
E	T	D	E	Y	A	R	A	Y	E	Y	J	P	O	S
K	S	E	T	A	E	R	T	R	O	K	C	I	R	T
S	N	T	K	K	O	Q	E	Y	I	O	T	R	J	O
I	Y	N	X	L	U	W	D	P	X	O	Z	E	O	Q
K	M	U	E	S	O	N	T	I	N	P	S	K	F	B
M	N	A	U	L	A	L	V	C	M	S	X	K	C	P
J	E	H	F	C	T	F	J	K	T	G	B	N	N	B

CHWILAIR

Gwisgoedd Calan Gaeaf

ANGEL
BUMBLEBEE
CAT
COWBOY
DOCTOR
FIREFIGHTER
GHOST
GORILLA
MONSTER
MUMMY
PRINCESS
SUPERHERO
VAMPIRE
WEREWOLF
WITCH



I	C	D	M	X	D	O	C	T	O	R	I	H	F	Z
B	Q	M	N	V	N	S	G	H	O	S	T	P	T	R
F	S	D	K	V	T	D	B	R	S	H	N	L	G	Q
R	D	J	L	G	A	M	S	U	T	Z	W	E	I	F
O	W	S	P	Y	C	S	P	T	N	D	E	W	G	M
W	A	N	G	E	L	E	C	L	B	Q	L	X	M	D
H	C	T	I	W	R	D	V	W	L	N	D	O	U	Z
S	I	K	C	H	C	C	R	E	T	S	N	O	M	O
L	S	E	E	Q	G	G	O	R	I	L	L	A	M	J
Q	R	R	E	T	H	G	I	F	E	R	I	F	Y	Z
T	O	I	S	S	E	C	N	I	R	P	A	T	Y	Y
W	D	P	C	O	W	B	O	Y	R	F	K	Q	V	W
W	L	M	F	I	B	U	M	B	L	E	B	E	E	C
Q	U	A	Z	I	W	E	R	E	W	O	L	F	S	I
Z	N	V	E	B	G	L	D	H	X	M	E	V	X	J



Gemau eraill i roi gynnig arnynt!

**Hwpla
Gwrach!**



**Cyngor Da - Gwnewch
y cylchoedd allan o
bapur newydd!**

**Donuts
diflannu!**

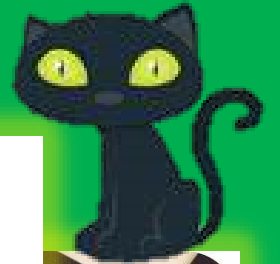


**Cyngor Da - Prynwch
doesenni ychwanegol gan
bod hon yn gêm
boblogaidd!**



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

**Piniwch y
prycop ar y
gwe!**



**Cyngor Da -
Defnyddiwch dâp
trydan i creu y
gwe!**

Syniadau cerfio pwmpen gan y tîm!



Janine



Louise



Rachel



Danielle



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

Stensiliau Cerfio Pwmpen-

Argraffwch y taflenni i'r maint
gofynnol. Defnyddiwch nhw fel
stensiliau ar eich Pwmpen.

Cofiwch dorri'r darnau du allan yn
unig er mwyn cadw'r siâp yn ei le!

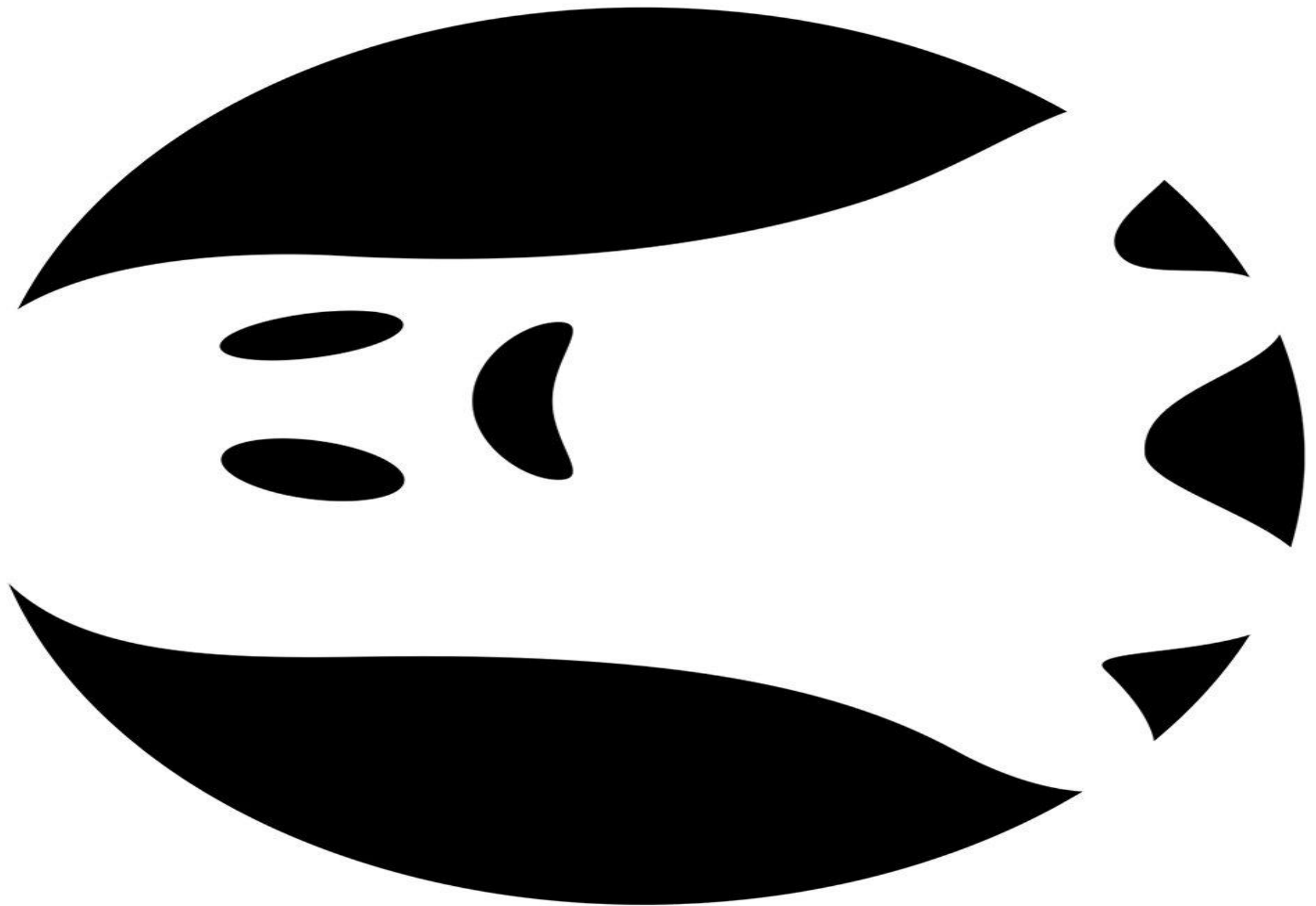


Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales









8 ffordd o ailgylchu'ch Pwmpen ar ôl Calan Gaeaf!



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales

1. Bwyteu'ch yr hadau-

Mae pwmpenni yn cynnwys blas cnau hallt hyfryd. Rhostiwch hadau'r bwmpen o'r bwyd sy'n weddill i gael Ganrbryd cyflym. Rhowch ychydig o olew olewydd ar yr hadau wedi'u rinsio, ychwanegwch ychydig o halen ar eu pen a'u rhostio am oddeutu 30 munud mewn popty ar 300 gradd.

Gallwch hefyd eu rhoi yn y bwydwr adar i fwydo'r adar!

2.Creu piwrî neu gawl pwmpen - Mae yna lawer o wahanol ryseitiau Pwmpen ar gael ar-lein ac mae pob un ohonynt yn swinio'n flasus.

3.Creu triniaeth sba pwmpen- Ydych chi'n cofio'r piwrî pwmpen llyfn a wnaethoch? Trowch ef yn driniaeth i'r wyneb gydag ychydig o fêl, olew cnau coco neu laeth cyflawn am seibiant cyflym ac adfywiol.

4.Pobwch fara- Mae bara pwmpen yn anrheg berffaith i gydweithwyr a theulu. Mae hefyd yn dod ag arogl hyfryd i'r tŷ. Os ydych chi'n pobi'r bara gyda'ch piwrî pwmpen eich hun, gallwch ddweud eich bod wedi'i greu ar eich pen eich hun.

5. Dechreuwch gompostio pwmpenni - Os nad oedd yr uchod yn llwyddiannus, mae gweddillion y bwmpen yn wych ar gyfer compost. Mae'n torri i lawr o fewn ychydig wythnosau. Ac yn rhoi maetholion mawr eu hangen i'ch gardd. Dim ond bin compost sydd ei angen arnoch chi ar gyfer eich hen bwmpenni.

6. Bwydo Ganwyd Gwylt. -Ewch â gweddillion y bwmpen i'ch coedwig leol i roi gwledd arbennig i'r Ganwyd gwylt.

(peidiwch â gwneud hyn os gwnaethoch baentio'r bwmpen neu ddefnyddio unrhyw eitemau gwenwynig fel gliter neu waed ffug.)





Rachel!



Mabwysiadu
Canolbarth a Gorllewin Cymru
Adoption
Mid & West Wales



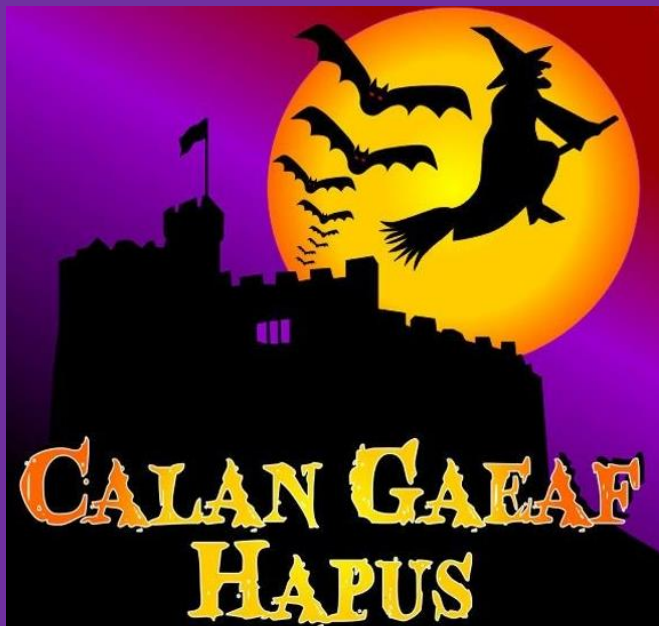
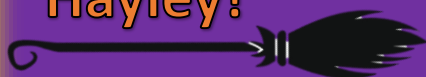
Siân!



Janine!

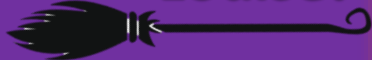


Hayley!



Oddi wrth y
Tîm Cefnogaeth
Mabwysiadu!

Louise!



Hannah!



Natalie!

