



Wythnos Cerdded i'r Ysgol 21– 25 o Fai

Beth am drefnu gyda'ch rhieni, gwarcheidwad neu ffrindiau?

Mae cerdded i'r ysgol o fantais i ddisgyblion, rhieni, yr ysgol a'r gymuned leol.

- Mae'n datblygu sgiliau cerdded yn ddiogel a sgiliau diogelwch ffordd
- Mae'n lleihau tagfeydd traffig o amgylch gatiau'r ysgol - dim mwy o ymladd am y lle parcio olaf
- Mae'n arbed amser - yn aml mae'n gyflymach i gerdded (pellter bach hyd yn oed) yn hytrach nag eistedd mewn traffig!
- Mae disgyblion yn cyrraedd yr ysgol yn fwy effro ac ar amser
- Mae llai o nwyon o geir yn golygu gwell ansawdd aer
- Mae'n hybu ymarfer corff cymedrol

Cerdded ar ddydd Mercher / Cerdded unwaith yr wythnos

Beth am osod her i'ch plentyn/plant o gerdded i'r ysgol o leiaf unwaith yr wythnos am dymor cyfan neu'r flwyddyn ysgol gyfan hyd yn oed? Beth am lawrlwytho'r garden gofnodi i nodi cynnydd eich plentyn/plant o ran yr her o gerdded i'r ysgol unwaith yr wythnos?

Parcio a Chamu

Os ydych chi'n byw yn rhy bell i ffwrdd o'r ysgol i gerdded y siwrnai gyfan, beth am barcio ychydig i ffwrdd a cherdded 5/10 munud olaf y siwrnai? Bydd hyn yn helpu i leihau tagfeydd wrth gatiau'r ysgol ar ddechrau ac ar ddiwedd y diwrnod ysgol.

Walk to School Week 21st – 25th May

Organise a walk to school with your parent, guardian or friend.

Walking to school benefits pupils, parents, the school and the local community.

- It develops pedestrian and road safety skills
- Reduces traffic congestion around the school gates – no more fighting for the last parking space
- It saves time – it's often quicker to walk (even a little bit) than to sit in traffic!
- Pupils arrive at school more alert and on time
- Less car emissions means improved air quality
- It promotes moderate physical exercise.



Walk on Wednesday / Walk once a week

Why not set your child/children a challenge to walk to school at least once a week for a whole term or even the whole school year. Download the record card to track your child's progress on their challenge to walk to school once a week.

Park and Stride

If you live too far away from the school to walk the whole journey, why not park away and walk the last 5/10 minutes? This will assist with keeping the school gates clear of congestion at the beginning and end of the school day.

