

YSGOL GYNRADD GYMUNEDOL LLECHRYD

CYLCHLYTHYR GWANWYN 2018

e-bost e-mail: prif@llechryd.ceredigion.sch.uk

<http://www.ysgol llechryd.co.uk>

NEGES GAN Y LLYWODRAETHWYR

'Hoffai'r Llywodraethwyr longyfarch yr Ysgol am y gwaith caled a roddwyd gan bawb i ennill y band gwyrdd unwaith eto ac am bedair mlynedd.'

CHWARAEON

PÊL-RWYD YR URDD

Ar Ddydd Gwener, 19eg o Ionawr, aeth dîm i gynrychioli'r ysgol mewn twrnament yr Urdd. Chwaraeodd y tîm yn dda iawn a llongyfarchiadau.

GWERSI NOFIO

Fe fydd gwersi nofio yn dechrau eto. Y cyfraniad i'r gost o'r bws yw £1 yr wythnos.

HYSBYSEBION

EISTEDDFOD

Bydd Eisteddfod yn cael ei gynnal yn Theatr Mwldan ar Ddydd Mawrth, 6ed o Fawrth. Pob lwc i bawb a fydd yn cystadlu.

YSGOL IACH

Mae ysgol Llechryd yn aelod gweithredol o Gynllun Ysgolion Iach Ceredigion. Mae iechyd a lles ei'n disgyblion yn bwysig iawn ac rydym yn gofyn yn garedig i chi weithio gyda'r ysgol ar y canlynol i greu amgylchedd iach i'n dysgwyr:

Bwyd a Diod Iach:

Mae ein hysgol yn cydymffurfio â dogfen gyfarwyddyd statudol Llywodraeth Cymru: Bwyta'n iach mewn ysgolion a gynhelir.

1. Mae ein cyngor ysgol, staff yr ysgol a llywodraethwyr yn annog pecyn cinio iachus ar bob achlysur - yn yr ysgol ac ar ymweliadau addysgol. Wrth gynnig bwyd iachus mae eich plentyn yn medru cael beth sydd eu hangen i fod yn egniol yn yr ysgol ac i dyfu'n iachus. Gweler yr enghraifft isod o becyn bwyd iachus:



Am fwy o wybodaeth am sut i greu pecynnau bwyd iachus gweler y wefan Newid am Oes neu dilynwch y linc isod: <http://change4lifewales.org.uk/recipes/lunchboxes/?lang=cy>

2. Mae'n bwysig fod plant yn yfed digon o ddwr yn ystod y diwrnod. Plŷs sicrhewch fod gyda'ch plentyn botel o ddwr pob dydd. Dylai dŵr fod yr unig hylif mewn poteli a ddygir i'r ysgol. Mae dŵr ar gael yn rhydd i ddysgwyr yn yr ysgol a llaeth yw'r unig ddiod arall a gynigir.
3. Er mwyn amser snac plŷs anfonwch ffrwythau a llysiau ffres yn unig i mewn gyda'ch plentyn / neu gall prynu nhw o'r siop ffrwythau yn ystod amser egwyl.

Arweiniad ar Hylendid Bwyd a Diod:

1. Mae angen cadw pecyn cinio yn oer ar gyfer dibenion hylendid bwyd yn yr ysgol ac ar ymweliadau addysgol. Ychwanegwch bloc oer neu defnyddiwch fag oer.
2. Dylai poteli dwr cael eu golchi o leiaf un waith yr wythnos mewn dŵr twym gyda sebon neu yn beiriant golchi llestri.

Diolch am eich cefnogaeth wrth greu amgylchedd iach a hapus i bawb yn yr ysgol.

CRhA

Gwerthfawrogwn eich cefnogaeth yn y Siopau Bach. Diolch.

GWYLIAU HANNER TYMOR

Mwynhewch y gwyliau hanner tymor ac edrychw'n ymlaen at eich gweld ar **Ddydd Llun, 26ain o Chwefror.**

Nodwch ein wefan newydd www.ysgollechryd.co.uk